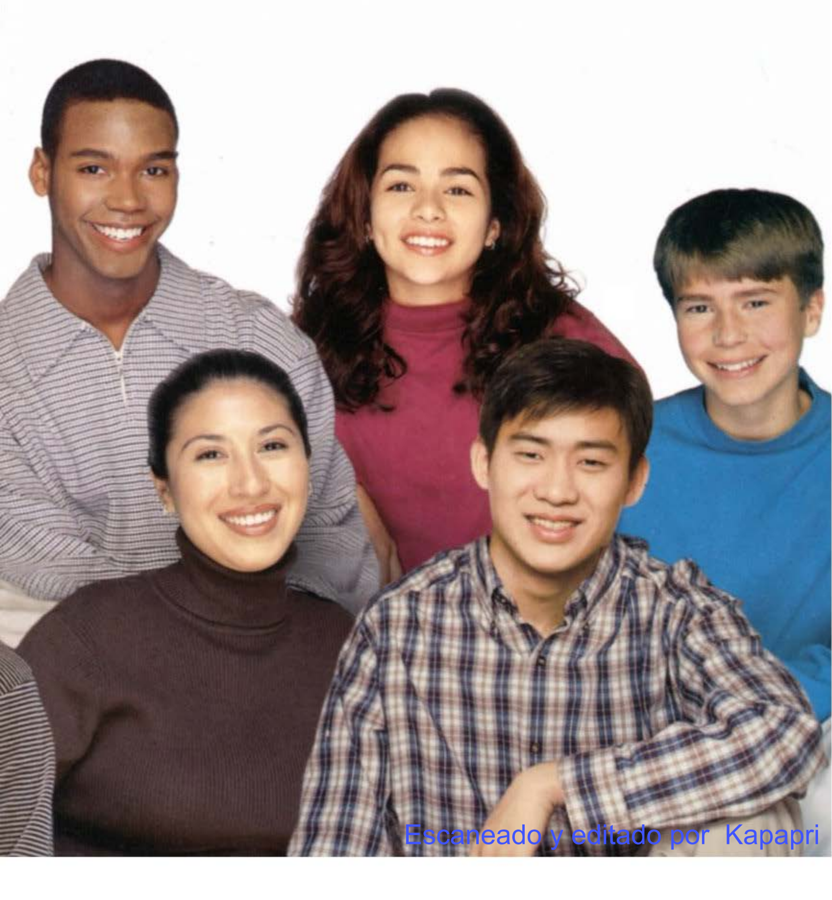
Lo que los jóvenes preguntan

Respuestas prácticas



LO QUE LOS JÓVENES PREGUNTAN
RESPUESTAS PRÁCTICAS

LO QUE LOS JÓVENES PREGUNTAN
RESPUESTAS PRÁCTICAS

Lo que los jóvenes preguntan
Respuestas prácticas

Editores
WATCHTOWER BIBLE AND TRACT SOCIETY OF NEW YORK, INC.
Brooklyn, New York, U.S.A.

Impresión de 2006

La distribución de esta publicación forma parte de una obra mundial de educación bíblica que se sufraga con donaciones voluntarias.

A menos que se indique lo contrario, las citas de la Biblia se toman de la versión en lenguaje moderno *Traducción del Nuevo Mundo de las Santas Escrituras (con referencias).*

Reconocimiento por fotos

Las fotos se alistan por el número de la página y el orden en que aparecen en ella, contando de arriba abajo.

Bronx Zoo, fotografía y uso por bondadosa cooperación de: página 195 (2)

National Aeronautics and Space Administration, Washington, D.C.: páginas 307, 311 (fondo)

National Archives, Washington, D.C.: página 304 (fondo)

Questions Young People Ask
Answers That Work
Spanish (*yp*-S)

Impreso por la
ASSOCIAÇÃO TORRE DE VIGIA DE BÍBLIAS E TRATADOS
Rodovia SP-141, km 43, 18285-000 Cesário Lange, SP, Brasil

Made in Brazil　　Hecho en Brasil

Respuestas prácticas

'¿POR QUÉ no me comprenden mis padres?' '¿Debería probar las drogas y las bebidas alcohólicas?' '¿Qué hay de las relaciones sexuales antes del matrimonio?' '¿Cómo sé que lo que siento es amor verdadero?' '¿Qué me espera en el futuro?'

No eres el primer joven que se hace preguntas como esas, ni el último. Sin embargo, muchas veces sucede que cuando los jóvenes quieren información sobre estas cuestiones básicas se enfrentan a un bombardeo de respuestas que los confunden. Considera, por ejemplo, el consumo de bebidas alcohólicas. Puede que los padres no lo aprueben en los hijos... aunque ellos mismos lo hagan. Las revistas y los programas de televisión lo glorifican. Otros jóvenes te instan a probarlo. Con razón muchos jóvenes quedan perplejos en cuanto a qué hacer.

La revista *¡Despertad!**, reconociendo la necesidad de dar respuestas prácticas y honradas a estas preguntas de la juventud moderna, en enero de 1982 empezó a publicar la sección titulada "Los jóvenes preguntan...". De inmediato la serie tuvo acogida favorable entre los lectores. "Esta serie es prueba del continuo interés suyo en la difícil situación de los jóvenes de hoy día", escribió un lector agradecido. Otro escribió: "Espero y oro que nunca dejen de publicar estos artículos".

Otro joven lector se expresó así: 'Tengo 14 años, y nunca me imaginé las dificultades que he afrontado al crecer. Los jóvenes de hoy día tienen que luchar contra muchas presiones. Por eso agradezco mucho estos artículos. Todas las noches doy gracias a Dios porque se publican'. Pero los artículos no eran infantiles, ni se intentó escribirlos como

* Publicada quincenalmente por Watchtower Bible and Tract Society of New York, Inc.

de superiores para inferiores. Por eso muchos adultos también han disfrutado de "Los jóvenes preguntan...". "Tengo 40 años —escribió un padre—. Estos artículos son realmente un regalo del cielo para nosotros los padres." Les fueron particularmente útiles a ancianos de congregación cristianos para entender a los jóvenes de las congregaciones de los testigos de Jehová y tratar con ellos.

¿Por qué ha recibido tan entusiástica acogida la sección "Los jóvenes preguntan..."? ¡Porque las respuestas que se han dado son verdaderamente *prácticas!* Cada artículo es producto de mucha investigación. Además, para determinar exactamente lo que piensan y opinan los jóvenes, ¡reporteros de *¡Despertad!* han hablado con centenares de jóvenes de todo el mundo! Las expresiones sinceras de estos jóvenes han sido muy útiles para hacer realistas y prácticos los artículos.

Sin embargo, el verdadero secreto del éxito de "Los jóvenes preguntan..." está en que las respuestas que se dan no se basan en teorías ni opiniones personales, sino en las verdades eternas de la Palabra de Dios, la Biblia. *'¿La Biblia?',* quizás se pregunte. Sí; la Biblia contiene mucha información para los jóvenes. (Véanse Proverbios, capítulos 1-7 y Efesios 6:1-3.) Fue inspirada por nuestro Creador, quien conoce muy bien "los deseos que acompañan a la juventud". (2 Timoteo 2:20-22; 3:16.) Y aunque la sociedad humana ha cambiado mucho desde los tiempos bíblicos, los deseos de los jóvenes han cambiado poco. Por eso, la Biblia sigue estando al día. Con todo, nos hemos esforzado por no presentar el consejo bíblico como sermoneo para los jóvenes, sino como razonando con ellos. Y aunque la información se ha escrito teniendo presente ante todo a los jóvenes testigos de Jehová, también puede leerla y disfrutar de ella cualquier persona que respete la sabiduría práctica que contiene la Biblia.

En respuesta a las peticiones de muchos lectores, hemos compilado en forma de libro algunos artículos de "Los jóvenes preguntan...". Los 39 capítulos de esta publicación presentan en forma condensada la información de más de

100 de los casi 200 artículos que han salido en *¡Despertad!* entre 1982 y 1989. También se ha añadido información nueva. Además, el libro está ilustrado con muchas fotografías de jóvenes de diferentes países y razas.

Instamos al joven lector a echar un vistazo a la tabla de materias y buscar las preguntas que más le interesen. Pero le recomendamos que después tome tiempo para leer todo el libro, y que busque los textos bíblicos en su propio ejemplar de la Biblia.

En algunas familias no hay comunicación entre padres e hijos, o, si la hay, es inadecuada. Por eso, al final de cada capítulo hemos añadido una sección llamada Preguntas para Consideración. Esas preguntas no son para analizar cada párrafo. Tampoco se suplen para que los padres examinen a sus hijos. Se han preparado para estimular la comunicación entre los jóvenes y los padres. Muchas preguntas permiten al joven dar su propia opinión o aplicar a sus propias circunstancias la información que se considera.

Por lo tanto, puede que muchas familias quieran usar este libro de vez en cuando como base para el estudio de la familia. Los miembros de la familia pudieran hacerlo tomando turnos al leer los párrafos y buscar los textos bíblicos que se citan. Las Preguntas para Consideración se pueden hacer durante el estudio a medida que se completan las secciones bajo los subtítulos pertinentes, o después que se haya leído todo el capítulo. Se puede animar a todos a expresar franca y honradamente su opinión. Puede que algunos jóvenes quieran considerar el libro con otros jóvenes.

Estos son "tiempos críticos, difíciles de manejar", aun para los jóvenes. (2 Timoteo 3:1.) Pero el tener conocimiento de la Palabra de Dios puede ayudarte, joven, a pasar con éxito por esa difícil época de la vida. (Salmo 119:9.) Por eso, nos complace proveer esta colección de respuestas prácticas, basadas en la Biblia, a preguntas que quizás te hagas.



Sección 1 El frente hogareño: Tú y otros de tu familia

Sección 2 Tú y los jóvenes como tú

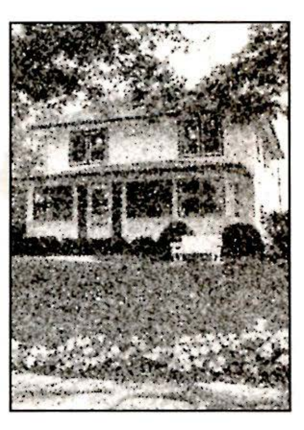
Sección 3 Una mirada a tu apariencia

Sección 4 ¿Por qué me siento así?

Sección 5 La escuela y el empleo

El frente hogareño: *Tú y otros de tu familia*

"Hogar dulce hogar." Hoy parece que el sentir tras ese dicho familiar ha pasado completamente de moda. Los muchos conflictos dentro de la familia hacen de muchos hogares campos de batalla. Y a menudo la brecha en la comunicación es tan profunda que todo intento por lograr una tregua fracasa.



¿Quieres que tu hogar sea un lugar acogedor y apacible en vez de un horno de hostilidad? Es cierto que los demás miembros de la familia tienen que hacer su parte. Pero si tú aplicas algunos principios bíblicos, puedes contribuir mucho a la tranquilidad hogareña.

¿Por qué debo ‘honrar a mi padre y a mi madre’?

“HONRA a tu padre y a tu madre.” Para muchos jóvenes esas palabras parecen venir de la Edad del Oscurantismo.

En rebelión abierta contra su padre, la joven Veda salía con un muchacho que usaba drogas y bebía en exceso. En señal de desafío, también salía a bailar hasta la madrugada. “Creía que mi padre era demasiado estricto —dijo Veda—. Yo tenía 18 años y creía que lo sabía todo. Me parecía que mi padre era cruel y no quería que me divirtiera; por eso yo salía y hacía lo que se me antojaba.”

Lo más probable sería que la mayoría de los jóvenes no concordaran con las acciones de Veda. Sin embargo, muchos arderían de resentimiento si sus padres les ordenaran que limpiaran su habitación, hicieran sus tareas escolares o llegaran a la casa a cierta hora; peor aún, ¡algunos se rebelarían abiertamente contra sus padres! Sin embargo, el modo como los jóvenes vean a sus padres puede al cabo decidir, no solo si habrá riña o tranquilidad en el hogar, sino también la mismísima vida de los jóvenes. Esto se debe a que el mandamiento de ‘honrar a tus padres’ viene de Dios, y él da el siguiente incentivo para obedecer ese mandamiento: “Para que te vaya bien y dures largo tiempo sobre la tierra”. (Efesios 6:2, 3.) Es mucho lo que está en juego. Por lo tanto, echémosle otro vistazo a lo que significa honrar a tu padre y a tu madre.

Lo que significa ‘honrarlos’

‘Honrar’ implica reconocer a una autoridad debidamente constituida. Por ejemplo, a los cristianos se les ordena: “Den honra al rey”. (1 Pedro 2:17.) Aunque uno no esté de



¿Cómo debes ver las reglas que fijan tus padres?

acuerdo con cierto gobernante, el puesto que él ocupa debe respetarse. Así, también, Dios ha dado a los padres un grado de autoridad en la familia. Esto quiere decir que debes reconocer el derecho que Dios les ha concedido de establecer reglas para ti. Es cierto que otros padres quizás sean más flexibles que los tuyos. Sin embargo, tus padres tienen la responsabilidad de decidir lo que *a ti* te conviene... y familias diferentes pueden tener normas diferentes.

También es verdad que de vez en cuando hasta los mejores padres quizás actúen de manera arbitraria, o hasta injusta. Pero en Proverbios 7:1, 2 un padre sabio dijo: "Hijo mío [o hija mía], [...] guarda mis mandamientos y continúa viviendo". De igual manera, las reglas o "mandamientos" de tus padres por lo general son para tu propio bien, y muestran que te aman y de veras se interesan en ti.

Por ejemplo, considera el caso de John: su madre solía repetirle que para cruzar la autopista de seis carriles que

pasaba cerca de su hogar siempre usara el puente provisto para ello. Un día, dos condiscípulas desafiaron a John a tomar la vía más corta y cruzar la autopista misma. John decidió cruzar por el puente y no hizo caso cuando ellas le gritaron que era "un gallina". Mientras cruzaba, John oyó el chirriar de unos neumáticos. Al mirar abajo vio una horrible escena: ¡un auto atropelló a las dos muchachas y el golpe las lanzó por el aire! Es cierto que rara vez es cuestión de vida o muerte obedecer a tus padres. Sin embargo, por lo general el que obedezcas es para tu propio bien.

'Honrar a tus padres' también significa aceptar la corrección que ellos dan, sin poner mala cara y sin berrinches. Solo un tonto "trata con falta de respeto la disciplina de su padre", dice Proverbios 15:5.

Finalmente, el honrar implica más que solo mostrar respeto formal u obedecer de mala gana. El verbo griego original que se traduce "honra" en la Biblia significa, básicamente, atribuir gran valor a alguien. Por eso, debes ver a tus padres como personas de gran valor a quienes estimes y quieras mucho. Esto quiere decir que les tengas afecto y los aprecies. Sin embargo, algunos jóvenes no les tienen afecto alguno a sus padres.

¿Merecen honra los padres que son un problema?

Una joven llamada Gina escribió: "Mi padre bebía mucho, y las frecuentes discusiones a gritos de mis padres no me dejaban dormir. Me echaba sobre la cama a llorar. No podía decirles lo que pensaba de aquello, porque mamá probablemente me hubiera pegado. La Biblia dice 'honra a tu padre', pero yo no puedo".

Los padres que tengan mal genio, o sean inmorales, o se emborrachen o estén en constante riña entre sí... ¿merecen realmente honra? Sí; pues la Biblia condena el hacer escarnio de cualquier padre o madre. (Proverbios 30:17.) Además, Proverbios 23:22 nos recuerda que tus padres

'causaron tu nacimiento'. Con eso bastaría para que se les debiera honra. Gregory, quien era muy irrespetuoso, ahora dice: "Doy gracias a Jehová Dios de que [mi madre] no me abortara ni me arrojara en la basura cuando nací. Tuvo que criar sola a seis hijos. Aquello tiene que haber sido duro para ella".

Además, aunque no son perfectos, tus padres se han sacrificado mucho por ti. "Una vez, lo único que teníamos para comer era una lata de maíz en conserva y un poco de sémola —sigue diciendo Gregory—. Mamá nos preparó aquello, pero ella no comió. Me fui a la cama satisfecho, pero me pregunté por qué mamá no había comido. Ahora que tengo mi propia familia me doy cuenta de que se sacrificaba por nosotros." (Un estudio revela que el costo



¿Tienes que honrar a padres cuya conducta es vergonzosa?

de criar a un solo hijo hasta la edad de 18 años asciende a $66.400 [dólares, E.U.A.].)

Además, date cuenta de que el solo hecho de que alguno de tus padres no esté dando el mejor ejemplo no quiere decir que todo lo que esa persona te diga sea incorrecto. En los días de Jesús los líderes religiosos eran gente corrupta. Sin embargo, Jesús dijo a la gente: "Todas las cosas que les digan, háganlas y obsérvenlas, pero no hagan conforme a los hechos de ellos". (Mateo 23:1-3, 25, 26.) ¿No se podría aplicar este principio a algunos padres?

Enfrentándote al resentimiento

¿Qué puedes hacer si crees que uno de tus padres está abusando seriamente de su autoridad*? Manténte en calma. No resuelves nada con rebelarte ni mostrar odio o rencor. (Eclesiastés 8:3, 4; compara con Eclesiastés 10:4.) Una joven de 17 años se resintió con sus padres porque estos estaban ocupados con sus propias disputas y parecían indiferentes a ella. Entonces ella dirigió aquel resentimiento contra los principios bíblicos que sus padres habían tratado de enseñarle. Por puro despecho, cometió inmoralidad sexual y empezó a usar drogas. "Me parecía que aquello era lo que mis padres se merecían", dijo amargada. Pero el rencor solo la llevó a perjudicarse a sí misma.

La Biblia advierte: "Cuida que la furia no te atraiga a [actuar] con rencor. [...] Manténte alerta para que no te dirijas a lo que es perjudicial". (Job 36:18-21.) Tienes que comprender que tus padres son responsables a Jehová por su conducta y tendrán que rendirle cuentas por cualesquiera injusticias graves que cometan. (Colosenses 3:25.)

Proverbios 19:11 dice: "La perspicacia del hombre ciertamente retarda su cólera, y es hermosura de su parte pasar por alto la transgresión". A veces es mejor tratar de perdonar y olvidar el dolor que te haya causado uno de tus

---

* No nos referimos aquí a casos de abuso físico o sexual, en los cuales el joven tal vez tenga que buscar ayuda profesional fuera de la casa.

padres. En vez de seguir pensando en sus faltas, concéntrate en sus buenas cualidades. Por ejemplo, la madre de Dody era una mujer insensible y su padrastro era un alcohólico. Nota cómo la perspicacia de Dody con relación a las debilidades de sus padres impidió que se amargara. Ella dice: "Puede que mamá nunca nos mostrara amor porque en su infancia sufrió muchos maltratos y nunca aprendió a amar. Mi padrastro se interesaba en lo que hacíamos cuando estaba sobrio, aunque eran pocas las veces que estaba en esa condición. Con todo, mi hermana y yo siempre tuvimos un techo bajo el cual vivir y suficiente alimento que comer".

"Me parecía que mi padre era cruel y no quería que me divirtiera; por eso yo salía y hacía lo que se me antojaba"

Felizmente, los padres descarriados o negligentes son una minoría. Lo más probable es que tus padres se interesen en ti y traten de darte buen ejemplo. Aun así, puede que de vez en cuando te resientas con ellos. "A veces, cuando consideraba un problema con mamá y ella no me comprendía —admitió un joven llamado Roger—, me enojaba, y para desquitarme, le decía algo que la hería. Así me vengaba de ella. Pero cuando me alejaba me sentía muy mal, y sabía que ella tampoco se sentía bien."

Las palabras irreflexivas pueden ser como "estocadas" y 'causar dolor', pero no resuelven tus problemas. "La lengua de los sabios es una curación". (Proverbios 12:18; 15:1.) "Aunque se me hacía difícil, volvía a donde mamá y me disculpaba —explicó Roger—. Entonces podía considerar el problema con más calma, y lográbamos resolverlo."

'Papá tenía razón'

Es interesante que algunos jóvenes se agotan a sí mismos y agotan a sus padres al resistir las instrucciones de

estos, solo para descubrir, después, que sus padres tenían razón. Por ejemplo, considera el caso de Veda (mencionada al principio de este capítulo). Cierto día se fue a pasear en automóvil con su novio. Él había fumado marihuana y había bebido cerveza. Perdió el control del vehículo y el auto dio contra un poste de la luz a una velocidad de casi 100 kilómetros (60 millas) por hora. Veda sobrevivió... pero con una herida profunda en la frente. Su novio huyó del lugar del accidente y ni siquiera se presentó en el hospital para ayudarla.

"Cuando mis padres llegaron al hospital —reconoció Veda—, les dije que papá había tenido razón en todo lo que me había dicho, y que debí haberle hecho caso mucho tiempo antes. [...] Yo había cometido un grave error que casi me había costado la vida." Después de aquello hubo grandes cambios en la actitud de Veda hacia sus padres.

Quizás sería apropiado que tú también hicieras algunos cambios. El 'honrar a tus padres' pudiera parecer una idea anticuada. Pero no solo es sabio de tu parte hacer eso, sino que es lo *correcto* a la vista de Dios. Pero ¿qué hay si quieres mostrar respeto a tus padres, pero te parece que no te entienden o te sientes atado por las restricciones que ellos te imponen? Examinemos ahora cómo puedes mejorar tu situación en esas circunstancias.

Preguntas para consideración — *Capítulo 1*

- ☐ ***¿Qué significa honrar a los padres?***
- ☐ ***¿Por qué fijan tantas reglas los padres? ¿Pueden beneficiarte esas reglas?***
- ☐ ***¿Tienes que honrar a tus padres aunque su conducta sea vergonzosa? ¿Por qué?***
- ☐ ***¿De qué maneras útiles puedes tratar con el resentimiento que de vez en cuando pudieras sentir hacia tus padres? ¿Qué maneras de tratar con el resentimiento no serían sabias?***

¿Por qué no me comprenden mis padres?

ES SOLO natural que uno quiera que lo comprendan. Y si tus padres critican lo que a ti te gusta o lo que consideras importante, eso pudiera frustrarte mucho.

Robert, de 16 años, cree que su padre no comprende por qué a él le gusta cierta clase de música. Dice: "Lo único que hace es gritarme: '¡Quita eso!'. Así que yo quito la música, pero lo quito *a él* también". Muchos jóvenes se retiran así emocionalmente a su propio mundo privado cuando parece que los padres no los comprenden. En un estudio extenso de jóvenes, el 26% de los entrevistados admitió: "Trato de estar fuera de casa la mayor parte del tiempo".

Como se ve, en muchos hogares existe una enorme brecha entre los hijos y los padres. ¿A qué se debe esto?

"Poder" contra "canicie"

Proverbios 20:29 dice: "La hermosura de los jóvenes [o las jóvenes] es su poder". Pero esa fuerza o "poder" puede colocar la base para toda clase de conflictos entre tus padres y tú. El proverbio continúa: "Y el esplendor de los viejos es su canicie". Quizás tus padres no estén 'canosos' literalmente, pero son mayores, y su manera de ver la vida difiere de la tuya. Ellos se dan cuenta de que no todo en la vida tiene resultado feliz. Puede que alguna mala experiencia personal haya templado el idealismo que tuvieron cuando eran jóvenes. Debido a esa sabiduría que han adquirido por experiencia —"canicie", por decirlo así— puede que tus padres simplemente no se entusiasmen como tú en cuanto a ciertas cosas.

Un joven llamado Jim dice: "Mis padres (que se criaron durante la gran depresión económica) creen que el dinero se debe ahorrar para comprar cosas importantes. Pero yo vivo ahora mismo también. [...] Quiero viajar mucho". Sí, entre el "poder" juvenil de uno y la "canicie" de los padres pudiera haber una brecha enorme. Así, muchas familias están profundamente divididas por asuntos como el vestir y el arreglo personal, el comportamiento con personas del sexo opuesto, el uso de las drogas y las bebidas alcohólicas, el tener que llegar a casa a cierta hora, los compañeros de uno, y los quehaceres domésticos. Sin embargo, la brecha entre generaciones se puede cerrar. Pero antes de que puedas esperar que tus padres te comprendan a ti, tú debes esforzarte por comprenderlos a ellos.

Los padres son humanos también

"Cuando yo era más joven, daba por supuesto que mamá era 'perfecta' y no tenía las debilidades ni los sentimientos que yo tenía", dice John. Pero después los padres de John se divorciaron, y su madre tuvo que atender sola a siete hijos. April, la hermana de John, añade: "Recuerdo que la veía llorar por la frustración de tratar de encargarse de todo. Entonces me di cuenta de que no estábamos viendo correctamente la situación de mamá. Ella no lo puede hacer todo, siempre en el momento oportuno ni de la manera correcta. Vimos que tenía sentimientos y era humana también".

El reconocer que tus padres son simplemente humanos



¿Cómo puedo decírselo a mis padres?

No es agradable tener que confesar a tus padres un mal que hayas cometido. Un joven llamado Vince dice: "Siempre supe que mis padres confiaban mucho en mí, y por eso se me hizo difícil abordarlos, porque no quería herirlos".

Por lo general los jóvenes que recurren a encubrir los males que cometen sufren los dolores de una conciencia herida. (Romanos 2:15.) Sus errores pueden hacérseles "una carga pesada", demasiado pesada para llevarla. (Salmo 38:4.) Casi inevitablemente se ven obligados a engañar a sus padres y mentirles, y así siguen cometiendo males. Por eso, su relación con Dios se perjudica.

La Biblia dice: "El que encubre sus transgresiones no tendrá éxito, pero al que las confiesa y las deja se le mostrará misericordia". (Proverbios 28:13.) Como dice Betty, de 19 años: "De todas maneras, Jehová lo ve todo".

Si hay un mal grave implicado, pide perdón a Jehová y confiésale en oración el mal que has cometido. (Salmo 62:8.) Luego, di a tus padres lo que ha ocurrido. (Proverbios 23:26.) Ellos tienen experiencia en la vida y por lo general pueden ayudarte a enfrentarte debidamente a tus errores y borrar de ti su efecto, y a evitar repetirlos. "El hablar de ello en verdad puede ayudarte —dice Chris, de 18 años—. Es un alivio quitártelo por fin de la mente." El problema es, ¿cómo decir a tus padres lo que ha ocurrido?

La Biblia habla de "una palabra hablada al tiempo apropiado para ella". (Proverbios 25:11; compara con Eclesiastés 3:1, 7.) ¿Cuándo pudiera ser eso? Chris continúa: "Espero hasta la hora de la cena y entonces le digo a papá que quiero hablar con él". Un joven cuya madre no tiene esposo procuraba hablarle a ella en otra ocasión: "Yo acostumbraba hablar con mamá a la hora de acostarme, pues entonces ella estaba más tranquila. Cuando llegaba del empleo estaba demasiado agitada".

Pudieras, quizás, decir algo por el estilo de esto: "Mamá y papá, quiero decirles algo que me molesta". ¿Y qué hay si parece que tus padres están demasiado ocupados para interesarse en tus asuntos? Podrías decirles: "Sé que están ocupados, pero hay algo que en verdad me perturba. ¿Podemos hablar de

Escoge un momento que se preste a que tus padres te escuchen



esto?". Entonces podrías preguntarles: "¿Hicieron ustedes alguna vez algo que no quisieron decir a otros porque se avergonzaban de ello?".

Ahora viene la parte difícil: confesar a tus padres el mal que has cometido. Sé humilde y 'habla la verdad' sin tratar de restar gravedad a tu error ni de ocultar los detalles más desagradables. (Efesios 4:25; compara con Lucas 15:21.) Usa palabras que tus padres entiendan, no expresiones que tengan significado especial solo entre los jóvenes.

Naturalmente, al principio tus padres quizás se sientan heridos y desilusionados. Por eso, ¡no te sorprendas ni te indignes si te reprenden severamente! Si hubieras prestado atención a lo que te habían dicho antes, quizás no estarías en esta situación. Por eso, manténte en calma. (Proverbios 17:27.) Escucha a tus padres y contesta sus preguntas, sin importar cómo las hagan.

Sin duda tu deseo sincero de arreglar la situación impresionará profundamente a tus padres. (Compara con 2 Corintios 7:11.) Con todo, prepárate para aceptar la disciplina que bien mereces. "Es cierto que ninguna disciplina parece por el presente ser cosa de gozo, sino penosa; sin embargo, después, a los que han sido entrenados por ella, da fruto pacífico, a saber, justicia." (Hebreos 12:11.) Recuerda, también, que esta no será la última vez que necesitarás la ayuda y el consejo maduro de tus padres. Acostúmbrate a confiarles los problemas pequeños que tengas, para que cuando surjan los problemas más graves no temas considerarlos con ellos.

con sentimientos como los tuyos es dar un paso grande hacia comprenderlos. Por ejemplo: ellos quizás se sientan muy inseguros de poder criarte de la manera apropiada. O puede que a veces tiendan a reaccionar de manera extrema porque se sienten abrumados por todos los peligros y las tentaciones morales que afrontas. Además, quizás tengan que luchar con dificultades físicas, financieras o emocionales. Por ejemplo, puede ser que un padre odie su trabajo, pero tal vez nunca se queje de él. Por eso, cuando su hijo dice: "No me gusta la escuela", no es extraño que en vez de mostrar comprensión el padre replique: "¿Qué te pasa? ¡Ustedes los jóvenes no pueden tener una vida más fácil!".

"Si [tu mamá] se da cuenta de que quieres saber por qué ella piensa como lo hace sobre algunas cosas, y de que tienes presente eso, puede que trate de comprender mejor los sentimientos tuyos."—La revista 'Teen

Muestra "interés personal"

¿Cómo puedes enterarte, entonces, de lo que piensan tus padres respecto a ciertos asuntos? Al 'no vigilar con interés personal solo tus propios asuntos, sino también con interés personal los de los demás'. (Filipenses 2:4.) Por ejemplo: pregunta a tu madre sobre sus experiencias durante la adolescencia. ¿Qué sentía, qué metas tenía? La revista *'Teen* dice: "Si se da cuenta de que quieres saber por qué *ella* piensa como lo hace sobre algunas cosas, y de que tienes presente eso, puede que trate de comprender mejor los sentimientos *tuyos*". Probablemente suceda lo mismo si hablas así con tu padre.

Si surge un desacuerdo, no te apresures a decir que tus padres son insensibles. Pregúntate: '¿Se sentía bien papá, o tenía alguna preocupación? ¿Se ofendió por algo que hice o dije sin pensarlo bien? ¿Será que simplemente no

comprende lo que quiero decir?'. (Proverbios 12:18.) El ponerte así en el lugar de la otra persona es un buen comienzo para cerrar esa brecha entre generaciones. ¡Ahora puedes concentrarte en conseguir que tus padres te comprendan *a ti!* Sin embargo, muchos jóvenes hacen eso muy difícil. ¿Cómo?

Llevando doble vida

Vickie, de 17 años, llevaba doble vida, pues salía en secreto con un muchacho contra la voluntad de sus padres. Estaba segura de que no había manera de que sus padres comprendieran lo que sentía por su amigo. Desde luego, la brecha entre ella y sus padres aumentó. "Nos estábamos haciendo la vida difícil mutuamente —dice Vickie—. Yo detestaba llegar a casa." Decidió casarse... ¡cualquier cosa para irse del hogar!

Igual que Vickie, muchos jóvenes llevan doble vida: hacen en secreto cosas que sus padres les prohíben, ¡y luego se lamentan de que sus padres 'no los comprenden'! Felizmente, Vickie recibió ayuda de una cristiana mayor que le dijo: "Vickie, fíjate con cuidado en tus padres [...] Ellos te criaron. Si no puedes llevarte bien con ellos, ¿cómo podrás llevarte bien con alguien de tu propia edad que no ha invertido en ti 17 años de amor?".

Vickie se examinó a sí misma con sinceridad. Pronto se dio cuenta de que sus padres tenían razón y de que su propio corazón estaba equivocado. Dejó de ver a su amigo y comenzó a acercarse más a sus padres. Si tú también has ocultado de tus padres algo importante de tu vida, ¿no crees que es tiempo de mostrar sinceridad? (Ve la sección "¿Cómo puedo decírselo a mis padres?".)

Aparta tiempo para hablar

'¡Fueron los mejores momentos que he pasado con papá!', dijo John sobre un viaje que hizo con su padre. "Nunca en la vida había pasado seis horas a solas con él. Seis horas de ida y seis horas de vuelta. El auto no tenía

radio. Tuvimos buenas conversaciones. Fue como si nos hubiéramos descubierto mutuamente. Yo no lo conocía tan bien como creía. Nos hicimos amigos." ¿Por qué no tratas tú también de tener una buena conversación con tu mamá o tu papá... con regularidad?

El tener amistad con otros adultos también es útil. Vickie recuerda: "No tenía absolutamente nada en común con los mayores. Pero me esforcé por estar con mis padres cuando se asociaban con otros adultos. Con el tiempo hice amistad con personas de la misma edad de mis padres, y esto me dio un punto de vista más amplio. Se me hizo más fácil conversar con mis padres. El ambiente en casa mejoró muchísimo".

Además, el asociarte con personas que han adquirido la sabiduría que dan los años evitará que veas la vida desde un punto de vista estrecho y limitado, lo cual puede suceder si solo te asocias con jóvenes de tu edad. (Proverbios 13:20.)

Comunica tus sentimientos

El joven Elihú dijo: "Voy a hablar con sinceridad y a decir francamente lo que pienso". (Job 33:3, *Versión Popular.)* ¿Hablas así con tus padres cuando surgen desacuerdos sobre asuntos como la ropa, el llegar a casa a una hora fija o la música?

Un joven llamado Gregory creía que su madre era completamente irrazonable. Su solución para el conflicto ardiente entre ellos era quedarse fuera de casa lo más posible. Pero luego siguió el consejo de unos ancianos cristianos. Dice: "Empecé a contarle a mamá mis sentimientos. Le dije *por qué* quería hacer ciertas cosas, sin dar por sentado que ella lo supiera. A menudo fui muy sincero con ella y le expliqué que no estaba tratando de hacer nada incorrecto, y que me sentía muy mal porque ella me trataba como un niñito. Entonces ella empezó a comprender, y poco a poco la situación mejoró mucho".

Puede que en tu caso, también, el hablar "con sinceridad" ayude a resolver muchos malentendidos.

Cómo manejar los desacuerdos

Pero eso no significa que tus padres verán enseguida todo a tu manera. Por eso, tienes que poner freno a tus emociones. "Todo su espíritu [sus impulsos] es lo que el estúpido deja salir, pero el que es sabio lo mantiene calmado hasta lo último." (Proverbios 29:11.) Da a conocer *con calma* los méritos de tu punto de vista. Concéntrate en los puntos en cuestión, en vez de decir que "¡todos los demás lo hacen!".

A veces tus padres van a decirte que no. Eso no significa que no te comprenden. Puede que sencillamente quieran evitarte un desastre. "Mamá es estricta conmigo —admite una joven de 16 años—. Me molesta que me diga que no puedo hacer algo o [que tengo] que llegar a casa a cierta hora. Pero en el fondo ella en verdad se preocupa por mí, [...] me cuida."

Faltan las palabras para describir la seguridad y el afecto que la comprensión mutua trae a la familia. Esa comprensión hace del hogar un refugio en tiempos de angustia. Pero se requiere verdadero esfuerzo de todos los implicados.

Preguntas para consideración ***Capítulo 2***

- ☐ ***¿Por qué hay conflicto a menudo entre los hijos y los padres?***
- ☐ ***¿Qué efecto pudiera tener en tu manera de ver a tus padres el que los comprendieras mejor?***
- ☐ ***¿Cómo pudieras comprender mejor a tus padres?***
- ☐ ***¿Por qué aumenta la brecha entre tus padres y tú el que lleves doble vida?***
- ☐ ***Cuando tienes problemas graves, ¿por qué es mejor decírselo a tus padres? ¿Cómo puedes decírselo?***
- ☐ ***¿Cómo puedes ayudar a tus padres a comprenderte mejor?***

¿Qué puedo hacer para que mis padres me den más libertad?

TÚ DICES que tienes suficiente edad para quedarte fuera de casa hasta tarde los fines de semana. *Tus padres* dicen que tienes que regresar a casa temprano. *Tú* dices que quieres ver esa nueva película de la cual todos están hablando. *Tus padres* dicen que no puedes verla. *Tú* dices que has conocido a unos buenos muchachos con los cuales quisieras salir. *Tus padres* dicen que quisieran conocerlos primero.

Como adolescente, a veces pudiera parecerte que tus padres te tienen bajo un agarro sofocante. Parece que cada vez que dices: "Quiero [...]", inevitablemente te responden: "No, no puedes". Y nada de tu vida parece escaparse de los "ojos inquisidores" de tus padres. Debbie, de 15 años, dice: "Papá siempre quiere saber dónde estoy, y a qué hora estaré de regreso en casa. La mayoría de los padres hacen eso. ¿Tienen que saberlo *todo?* Deberían darme más libertad".

Los jóvenes también se quejan de que sus padres no los respetan. En vez de confiar en ellos, los declaran culpables sin darles la oportunidad de explicar qué sucedió cuando algo resulta mal. En vez de dejar que tomen sus propias decisiones, les imponen muchísimas reglas.

"Mente angustiada"

¿Te tratan a veces como un niñito tus padres? Si así es, recuerda que en verdad *eras* un niño poco tiempo atrás. La imagen de infante indefenso que grabaste en la mente de

tus padres está bastante fresca en su memoria, y no es muy fácil de borrar. Todavía recuerdan los errores infantiles que cometías, y por eso quieren protegerte... sea que quieras esa protección o no.

Ese impulso de protegerte es sumamente poderoso. Cuando mamá y papá no están ocupados suministrándote abrigo, ropa o alimento, a menudo están luchando con los problemas de cómo instruirte, adiestrarte y, sí, protegerte. El interés que muestran en ti no es casual. Tienen que responderle a Dios por la crianza que te dan. (Efesios 6:4.) Y se preocupan cuando parece que algo amenaza tu bienestar.

Piensa en los padres de Jesucristo. Después de una visita a Jerusalén, sin darse cuenta empezaron su viaje de regreso sin llevar consigo a Jesús. Cuando notaron que no estaba con ellos, ¡lo buscaron diligentemente, hasta con desesperación! Y cuando al fin "lo hallaron en el templo", la madre de



¿Te parece que tus padres te encierran demasiado?

Jesús exclamó: “Hijo, ¿por qué nos trataste de este modo? Mira que tu padre y yo te hemos estado buscando con *la mente angustiada*”. (Lucas 2:41-48.) Pues bien, si Jesús —un niño perfecto— causó inquietud a sus padres, ¡imagínate cuánto más preocuparás tú a los tuyos!

Considera, por ejemplo, el conflicto incesante en cuanto a la hora que tus padres te han fijado para que regreses a casa. Puede que tú no veas ninguna razón por la cual se te debería restringir así. Pero ¿has considerado alguna vez ese asunto desde el punto de vista de tus padres? Los autores de edad escolar del libro *The Kids' Book About Parents* (El libro de los jóvenes sobre los padres) trataron de hacerlo. Compilaron una lista de lo que llamaron “lo que tienen que pensar los padres que los hijos hacen cuando no están en casa a la hora debida”. La lista incluyó cosas como ‘usar drogas, envolverse en un accidente de tráfico, perder tiempo en un parque, buscar que los arresten, ir a ver películas pornográficas, vender drogas, prestarse a que los violen o asalten, ir a parar a la cárcel y deshonrar el nombre de la familia’.

No todos los padres se apresurarían a pensar en acciones tan improbables. Pero ¿no es cierto que muchos jóvenes *sí* participan en cosas como esas? ¿Deberías, pues, tomar a mal el que se sugiera que tanto el quedarte fuera de casa hasta tarde como las malas compañías podrían ser perjudiciales? Pues, ¡hasta los padres de Jesús quisieron saber dónde estaba él!

Por qué tan estrecha atención

¡Algunos jóvenes dicen que ese temor de los padres de que algo les pase a sus hijos casi parece un desorden mental! Pero recuerda: ellos han invertido mucho tiempo y puesto mucha emoción en criarte. La idea de que al fin crezcas y te vayas del hogar pudiera causarles angustia. Cierto padre escribió: “Mi único hijo tiene 19 años, y apenas puedo soportar la idea de que algún día se vaya de aquí”.

Esto hace que ciertos padres tiendan a dar demasiada atención o proteger demasiado a sus hijos. Pero en verdad sería una equivocación el que tú en reacción, cayeras en conducta extrema también. Cierta joven recuerda: "Hasta más o menos cuando cumplí los 18 años, la relación entre mamá y yo era *estrechísima.* [...] [Pero] después empezaron las dificultades. Yo quería alguna independencia, y ella tiene que haber visto en ello una amenaza a nuestra relación. Por eso, empezó a atarme más a sí, y yo reaccioné apartándome más".

"Papá siempre quiere saber dónde estoy, y a qué hora estaré de regreso en casa. [...] ¿Tienen que saberlo todo?"

Es bueno disfrutar de alguna independencia, pero no la consigas a costa del enlace con tu familia. ¿Qué puedes hacer para que tu relación con tus padres sea más como una relación entre adultos, basada en entendimiento, tolerancia y respeto mutuos? En primer lugar, el respeto produce respeto. Una vez el apóstol Pablo dio el siguiente recordatorio: "Nuestros padres aquí en la tierra nos corregían, y *los respetábamos*". (Hebreos 12:9.) Los padres de aquellos cristianos primitivos no eran infalibles. Pablo pasa a decir (en el versículo 10): "Nuestros padres aquí en la tierra nos corregían [...] según lo que más conveniente les parecía". *(Versión Popular.)*

A veces aquellos hombres cometían errores de juicio. Con todo, merecían el respeto de sus hijos. Tus padres también merecen tu respeto. El hecho de que sean padres que te estrechen con su atención o te protejan demasiado no es razón para que te rebeles. Dales el mismo respeto que quieres que te den.

Malentendidos

¿Has llegado tarde a casa alguna vez por circunstancias que no pudiste evitar? ¿Reaccionaron de manera extrema tus padres? Esos malentendidos te dan otra oportunidad



El permanecer en calma cuando surgen malentendidos es un modo de ganarte el respeto de otros

para ganarte su respeto. Recuerda cómo se comportó el joven Jesús cuando sus preocupados padres finalmente lo hallaron en el templo, conversando inocentemente sobre la Palabra de Dios con unos maestros. ¿Respondió Jesús con una explosión emocional y llanto o quejas dolorosas por la injusticia de que ellos pusieran en tela de juicio sus motivos? Nota su respuesta calmada: "¿Por qué tuvieron que andar buscándome? ¿No sabían que tengo que estar en la casa de mi Padre?". (Lucas 2:49.) Sin duda, los padres de Jesús quedaron impresionados por la madurez que desplegó allí. Sí, "la respuesta, cuando es apacible", no solo "aparta la furia", sino que también puede ganarte el respeto de tus padres. (Proverbios 15:1.)

Normas y reglas

El trato que se te dé depende mucho, también, de cómo respondas a lo que tus padres pidan de ti. Algunos jóvenes ponen una cara larga, mienten o desobedecen abiertamente. Procura un modo más maduro de encararte a los asuntos. Si quieres pedir permiso para estar fuera hasta tarde, no lo hagas con exigencias infantiles ni quejas de que "a

todos los demás jóvenes los dejan quedarse fuera hasta tarde". La escritora Andrea Eagan aconseja: "[Diles] cuanto puedas sobre lo que quieres hacer, para que entiendan bien la situación. [...] Si les das todos los detalles sobre dónde vas a estar, con quién, y por qué es importante para ti estar fuera hasta tarde [...], puede ser que te den permiso".

O si tus padres quieren investigar quiénes son tus amigos —como deberían hacerlo— no te quejes como un niñito. La revista *Seventeen* recomendó: "Trae a tus amigos a casa de vez en cuando, para que cuando digas que vas al cine con Bill, tu papá no grite desde la otra habitación: '¿Con Bill?, ¿qué Bill?' ".

"Más se le dará"

Jim sonríe cuando habla sobre su hermano menor, Ron. "Yo soy solo 11 meses mayor que Ron —dice—, pero nuestros padres nos trataban de manera muy diferente. A mí me daban mucha libertad. Me permitían usar el automóvil de la familia. Hubo un año en que hasta me permitieron llevar a un hermano menor en un viaje a la ciudad de Nueva York.

"Sin embargo, era diferente en el caso de Ron —sigue diciendo Jim—. Le daban poca libertad. Papá ni siquiera se molestó en enseñarle a conducir el auto cuando Ron cumplió la edad que se necesitaba para ello. Y cuando Ron creía que tenía suficiente edad para salir con alguna muchacha, mis padres no se lo permitieron."

¿Favoritismo? No. Jim explica: "Ron tendía a ser irresponsable. Le faltaba iniciativa. No estaba inclinado a hacer lo que se le asignaba. Y aunque yo *nunca* replicaba a mis padres, Ron les hacía saber que no concordaba con ellos. Pero siempre salía perdiendo". Jesús dijo en Mateo 25:29: "Porque a todo el que tiene, más se le dará, y tendrá en abundancia; pero en cuanto al que no tiene, hasta lo que tiene le será quitado".

¿Quieres más libertad y responsabilidad? Entonces demuestra que eres responsable. Toma en serio toda tarea que te asignen tus padres. No seas como el joven de una de las parábolas de Jesús. Después que su padre le había dicho: "Hijo, ve, trabaja hoy en la viña", él dijo: "Iré, señor", pero no fue. (Mateo 21:28, 29.) Convence a tus padres de que si te piden que hagas algo, sin importar cuán pequeña sea la tarea, pueden darla por hecha.

"Les demostré a mis padres que podía aceptar responsabilidades y cumplir con ellas —recuerda Jim—. Me enviaban al banco, permitían que fuera a pagar las cuentas debidas y que fuera de compras al supermercado. Y cuando mamá tuvo que conseguir empleo, yo hasta preparaba las comidas para la familia."

Toma la iniciativa

¿Qué hay si tus padres sencillamente no te han dado asignaciones como esas? Toma la delantera. La revista *Seventeen* sugirió: "Ofrece preparar una comida para la familia, y di a tus padres que quieres hacerlo todo: planear la comida, preparar la lista de ingredientes, calcular los gastos, hacer la compra, cocinar y limpiar". Y si el cocinar no es tu especialidad, mira alrededor para ver qué otra cosa podrías hacer. No tienes que esperar hasta que tus padres te digan específicamente que hay que lavar los platos, barrer el piso o arreglar las habitaciones.

Muchos jóvenes consiguen un empleo de media jornada durante el verano o los fines de semana. Si tú haces eso, ¿has demostrado que puedes *ahorrar* y *dar uso sabio a* tu dinero? ¿Has ofrecido una contribución por tus gastos de alojamiento y comida? (Puede que te sorprenda cuánto cuesta alquilar una habitación en tu comunidad.) El que des esa contribución pudiera significar que tendrías menos dinero para gastos personales, pero no hay duda de que cuando tus padres vean que manejas el dinero como un adulto, estarán inclinados a darte más libertad.

Más independencia

Los padres deberían ser nuestros amigos íntimos, preciosas fuentes de consejo. (Compara con Jeremías 3:4.) Pero eso no significa que deberías contar con que tomen toda decisión, hasta la más insignificante, por ti. Es solo por el uso de las "facultades perceptivas" que desarrollarás confianza para tomar decisiones. (Hebreos 5:14.)

Por eso, en vez de acudir a tus padres a la primera señal de una leve perturbación, primero trata de pensar sobre el problema tú mismo, para resolverlo. En vez de ser 'demasiado apresurado' o impulsivo en cuanto a los asuntos, sigue el consejo bíblico de 'considerar conocimiento' primero. (Isaías 32:4.) Efectúa un poco de investigación, especialmente si hay principios bíblicos implicados. Después de considerar los asuntos con calma, *entonces* aborda a tus padres. En vez de siempre decir: 'Papá, ¿qué debo hacer?', o: 'Mamá, ¿qué harías tú?', explícales la situación. Diles lo que has pensado sobre ella. Luego pídeles su opinión.

Ahora tus padres no te oyen hablar como un niño, sino como adulto. Has dado un gran paso hacia demostrar que te estás convirtiendo en un adulto que merece alguna libertad. Bien puede ser que tus padres empiecen a tratarte como adulto.

Preguntas para consideración — *Capítulo 3*

- ☐ ***¿Por qué suelen preocuparse tanto los padres por proteger a sus hijos y saber dónde están?***
- ☐ ***¿Por qué es importante que trates con respeto a tus padres?***
- ☐ ***¿Cuál es la mejor manera de manejar los malentendidos con tus padres?***
- ☐ ***¿Cómo puedes cooperar con las normas y reglas de tus padres y todavía disfrutar de alguna libertad?***
- ☐ ***¿De qué maneras puedes mostrar a tus padres que eres responsable?***

¿Por qué se divorciaron mis padres?

"Recuerdo cuando papá se fue de casa. No podíamos entender qué estaba pasando. Mamá tuvo que empezar a trabajar fuera, y nosotros nos quedábamos siempre solos. A veces lo único que hacíamos era sentarnos junto a la ventana, preguntándonos si acaso ella también nos había dejado..."
—Una hija de padres divorciados.

EL DIVORCIO de los padres de uno puede parecerle a uno el fin del mundo, una catástrofe que traiga sufrimientos que duren toda la vida. Suele inundar a los hijos con emociones como vergüenza, ira, ansiedad, temor de verse abandonados, culpa, depresión y el dolor profundo de la pérdida... hasta un deseo de venganza.

Si tus padres se han divorciado recientemente, puede que tú estés entre los afectados así. Después de todo, lo que nuestro Creador quería era que fueras criado por un padre y una madre. (Efesios 6:1-3.) Pero ahora te falta diariamente uno de tus queridos padres. "Yo apreciaba mucho a mi padre y quería estar con él —dice, lamentándose, Paul, cuyos padres se divorciaron cuando él tenía siete años de edad—. Pero nos pusieron bajo la custodia de mamá."

El porqué del divorcio

A menudo los padres han ocultado bien sus dificultades. "No recuerdo que mis padres pelearan —dice Lynn, cuyos padres se divorciaron cuando ella era una niña—. Yo *creía* que se llevaban bien." Y hasta cuando los padres sí riñen, ¡todavía puede venir como sorpresa el divorcio!

En muchos casos el rompimiento ocurre porque uno de

Una de las experiencias más dolorosas de los hijos es ver que se rompe el matrimonio de sus padres

los padres se hace culpable de infidelidad sexual. Dios sí permite que el cónyuge inocente obtenga un divorcio. (Mateo 19:9.) En otros casos, "ira y gritería y habla injuriosa" han llevado a la violencia, y han hecho que uno de los cónyuges tema por su bienestar físico y el de sus hijos. (Efesios 4:31.)

Es cierto que algunos divorcios se obtienen sin base sólida. En vez de buscar solución a sus problemas, algunos obran egoístamente y se divorcian porque son 'infelices' o 'ya no están enamorados'. Esto desagrada a Dios, quien "ha odiado un divorciarse". (Malaquías 2:16.) Jesús también indicó que algunos disolverían sus matrimonios porque sus cónyuges se harían cristianos. (Mateo 10:34-36.)

Cualquiera que sea el caso, el que tus padres hayan decidido permanecer callados o den solamente respuestas vagas a tus preguntas en cuanto al divorcio no significa que no te amen*. Puede que el mismo dolor que sienten les dificulte hablar sobre el divorcio. (Proverbios 24:10.) Puede que también se les haga difícil y embarazoso admitir sus fallas mutuas.

---

* Las investigadoras Wallerstein y Kelly descubrieron que, "de los hijos más jóvenes bajo estudio [hijos de padres divorciados], cuatro quintas partes no recibieron ni explicación adecuada ni garantía de que se les seguiría atendiendo. En efecto, cuando despertaron una mañana, ya uno de los padres se había ido".

‘¿Arruinará mi vida el divorcio?’

Tras el divorcio de sus padres, algunos jóvenes casi se arruinan la vida. Algunos toman decisiones precipitadas, como dejar de ir a la escuela. Otros desahogan su frustración y enojo portándose mal… como para castigar a sus padres por haberse divorciado. Denny recuerda: “El divorcio de mis padres me entristeció y me hizo sentir muy mal. Empecé a tener problemas en la escuela y me atrasé un año. Después [...] me convertí en el gracioso de la clase y me metí en muchísimas peleas”.

Bien puede ser que por una conducta escandalosa te atraigas la atención de tus padres. Pero ¿qué logra eso realmente, aparte de añadir tensión a una situación ya tensa? En verdad el único que resulta castigado por la mala conducta es el que se porta mal. (Gálatas 6:7.) Trata de comprender que tus padres también están sufriendo, y que el que aparentemente te descuiden no es malintencionado. La madre de Denny confesó: “No cabe duda de que descuidé a mis hijos. Después del divorcio estaba tan confundida que no podía ayudarlos”.

La Biblia aconseja en Hebreos 12:13: “Sigan haciendo sendas rectas para sus pies, para que lo cojo no se descoyunte”. Aunque te falte la disciplina de tus padres, no tienes excusa para comportarte mal. (Santiago 4:17.) Acepta tu responsabilidad por tus actos y disciplínate a ti mismo. (1 Corintios 9:27.)

Evita, además, tomar decisiones precipitadas; por ejemplo: irte de la casa. “El sagaz considera sus pasos.” (Proverbios 14:15.) Si parece que por el momento tus padres están demasiado sumidos en sus propios asuntos para prestarte atención, ¿por qué no hablas con un amigo mayor que tú sobre las decisiones que pienses tomar?

Con todo, puede que te vengan ciertas preocupaciones en cuanto a tu futuro. Has visto a tus padres fracasar en su matrimonio, y se entiende que te preguntes si acaso tú podrás tener un matrimonio de éxito. Afortunadamente, la infelicidad marital no se hereda de los padres, como las pecas. Tú eres persona aparte, y el éxito de tu

matrimonio futuro no depende de los fracasos de tus padres, sino del grado a que tú y tu cónyuge apliquen la Palabra de Dios a su matrimonio.

Quizás también empieces a preocuparte por cosas que antes dabas por sentadas: alimento, ropa, abrigo, dinero. Sin embargo, normalmente los padres hallan alguna manera de proveer para sus hijos después del divorcio, aunque eso signifique que mamá tenga que buscar empleo. Con todo, el libro Surviving the Breakup (Cómo sobreponerse al divorcio) da esta advertencia práctica: "Lo que antes mantenía a una sola familia ahora debe mantener a dos, y eso significa un nivel de vida inferior para cada miembro de la familia".

Por eso, es muy posible que tengas que acostumbrarte a pasarla sin cosas que antes tenías, como ropa nueva. Pero la Biblia nos recuerda: "Nada hemos traído al mundo, y tampoco podemos llevarnos cosa alguna. Teniendo, pues, sustento y con qué cubrirnos, estaremos contentos con estas cosas". (1 Timoteo 6:7, 8.) Quizás hasta puedas ayudar a planear un nuevo presupuesto familiar. Además, recuerda que Jehová es "padre de huérfanos de padre". (Salmo 68:5.) Puedes estar seguro de que se interesa mucho en que recibas lo que necesitas.

El profeta Jeremías dijo: "Bueno le es al hombre físicamente capacitado llevar el yugo durante su juventud". (Lamentaciones 3:27.) Es cierto que hay poco de "bueno" en ver que se rompe el matrimonio de los padres de uno. Pero hasta de esa experiencia indeseable es posible sacar provecho.

La investigadora Judith Wallerstein comentó: "El desarrollo emocional e intelectual [entre hijos de padres divorciados] a que contribuyó la crisis familiar fue impresionante, y algunas veces conmovedor. Los jóvenes [...] consideraron sensatamente las experiencias de sus padres y sacaron serias conclusiones para su propio futuro. Se interesaron en hallar maneras de evitar los errores que sus padres habían cometido".

No hay duda de que el divorcio de tus padres dejará su marca en tu vida. Pero el que esa marca sea solo una mancha que vaya desapareciendo o sea una herida ulcerosa depende mucho de ti.

Lo que puedes hacer

Trata de ver cuándo es apropiado considerar con calma tus preocupaciones con tus padres. (Proverbios 25:11.) Dales a conocer lo triste y confundido que te deja el divorcio. Quizás te den una buena explicación. Si no lo hacen, no te desesperes. ¿No retuvo Jesús de sus discípulos información que creyó que ellos no podían asimilar al momento? (Juan 16:12.) Y ¿no tienen tus padres derecho a mantener privados algunos de sus asuntos?

Finalmente, comprende que el divorcio, por la razón que sea, es una disputa entre ellos, ¡no contigo! En su estudio de 60 familias divorciadas, las investigadoras Wallerstein y Kelly hallaron que los implicados culpaban del divorcio a su cónyuge, a su patrono, a otros miembros de la familia y a amigos. Pero añadieron: "Nadie —lo cual es significativo— culpó a los hijos". Tus padres sienten hacia ti lo mismo que antes.

El efecto curativo del tiempo

Hay un "tiempo de sanar". (Eclesiastés 3:3.) Y tal como una herida literal —como cuando se rompe un hueso—



Ver el pasado como mejor solo servirá para deprimirte

toma semanas o hasta meses para curarse totalmente, así las heridas emocionales toman tiempo para sanarse.

Las investigadoras Wallerstein y Kelly descubrieron que, en solo un par de años después del divorcio, "los muchos temores, el pesar, la turbación [...] se disiparon o hasta desaparecieron por completo". Algunos expertos creen que lo peor de un divorcio se supera en solo tres años. Esto pudiera parecerte mucho tiempo, pero son muchas las cosas que tienen que suceder antes de que tu vida se estabilice.

En primer lugar, hay que reorganizar la rutina de la familia, una rutina interrumpida por el divorcio. También pasará tiempo antes de que tus padres se hayan recuperado emocionalmente. Solo entonces podrán darte por fin el apoyo que necesitas. A medida que tu vida se vaya regularizando, empezarás a volver a la normalidad.

Sin embargo, Salomón dio esta advertencia: "No digas: '¿Por qué ha sucedido que los días anteriores resultaron ser mejores que estos?', porque no se debe a sabiduría el que hayas preguntado acerca de esto". (Eclesiastés 7:10.) El ver el pasado como mejor puede cegarte a la realidad del presente. ¿En qué situación se hallaba tu familia antes del divorcio? "Siempre había muchas peleas, gritos e insultos", admite Annette. ¿Pudiera ser que ahora tengas tranquilidad en el hogar?

'Puedo unirlos de nuevo'

Algunos jóvenes sueñan con volver a unir a sus padres, ¡y quizás se aferren a esas fantasías hasta cuando sus padres ya tienen nuevos cónyuges!

Con todo, el negar la realidad del divorcio no cambia nada. Lo más probable es que de nada te sirvan todas las lágrimas, súplicas y tretas del mundo para hacer que tus padres se unan de nuevo. Por eso, ¿de qué vale que te atormentes pensando en lo que difícilmente pasaría? (Proverbios 13:12.) Salomón dijo que hay un "tiempo de dar

por perdido". (Eclesiastés 3:6.) De modo que acepta que el divorcio es una realidad y que es permanente. Así habrás dado un gran paso hacia sobreponerte a la situación.

Trata de comprender a tus padres

Puede que estés enfadado con tus padres —y con razón— por el trastorno que te han causado en la vida. Así expresó un joven su amargura: "Mis padres fueron egoístas. En verdad no pensaron en nosotros ni en cómo nos afectaría lo que harían. Pensaron solo en qué hacer para sí, y eso hicieron". Puede que tengas razón. Pero ¿puede uno ir por la vida lleno de ira y amargura sin perjudicarse a sí mismo?

La Biblia aconseja: "Que se quiten toda amargura maliciosa y cólera e ira [...] Más bien háganse bondadosos unos con otros, tiernamente compasivos, y perdónense liberalmente unos a otros". (Efesios 4:31, 32.) ¿Cómo puedes perdonar a alguien que te ha herido tanto? Trata de ver a tus padres objetivamente: como personas que pueden equivocarse, que son imperfectas. Sí, hasta tus padres 'pecan y no alcanzan a la gloria de Dios'. (Romanos 3:23.) El que te des cuenta de eso puede ayudarte a aceptarlos como son.

Expresa lo que sientes

"Hasta ahora no he hablado con nadie de cómo me afectó el divorcio de mis padres", nos dijo un joven con quien nos entrevistamos. Aunque al principio contenía sus emociones, el joven fue exteriorizando gradualmente sus sentimientos —hasta con lágrimas— mientras hablaba del divorcio de sus padres. Salieron a la superficie sentimientos que él había enterrado dentro de sí mucho tiempo atrás. Sorprendido por su propia reacción, confesó: "Creo que me ha ayudado hablar de esto".

Puede que a ti también te ayude el confiarte a alguien, en lugar de aislarte. Comunica a tus padres cómo te sientes, tus temores y tus ansiedades. (Compara con Prover-

bios 23:26.) Cristianos maduros también pueden ayudarte. Por ejemplo: Keith obtuvo muy poco apoyo, si acaso alguno, de su familia desgarrada por el divorcio. Pero recibió fortaleza de otra fuente. Dice Keith: "La congregación cristiana llegó a ser mi familia".

Sobre todo puede oírte tu Padre celestial, el "Oidor de la oración". (Salmo 65:2.) Un joven llamado Paul recuerda lo que le ayudó a sobreponerse al golpe emocional del divorcio de sus padres: "Oraba constantemente; Jehová siempre fue muy real para mí".

La vida sigue adelante

Puede que después de un divorcio nada vuelva a ser como era antes. Pero eso no significa que no puedas vivir una vida productiva y feliz. La Biblia aconseja: "No sean holgazanes en sus quehaceres". (Romanos 12:11.) Sí, en vez de permitir que el pesar, el dolor o la ira te paralicen, ¡sigue adelante con tu vida! Concéntrate en tus tareas escolares. Busca una afición en que te deleites. Ten "mucho que hacer en la obra del Señor". (1 Corintios 15:58.)

Se requiere esfuerzo, resolución y tiempo. Pero al fin lo que dominará tu vida no será el hecho de que tus padres disolvieran su matrimonio.

Preguntas para consideración ***Capítulo 4***

- ☐ ***¿Puedes mencionar razones que llevan a un divorcio?***
- ☐ ***¿Por qué pudiera hacérseles difícil a tus padres hablar sobre su divorcio? ¿Qué puedes hacer si ellos no quieren expresarse?***
- ☐ ***¿Por qué es inútil pensar que el pasado era mejor, o soñar con unir de nuevo a tus padres?***
- ☐ ***¿Qué cosas prácticas puedes hacer para sobreponerte al golpe emocional del divorcio?***
- ☐ ***¿Qué pudieras hacer en cuanto al enojo que pudieras sentir hacia tus padres?***

¿Cómo ver el nuevo casamiento de papá (o mamá)?

"El día que papá se casó con Rita fue el peor día de mi vida —recuerda Shane—. Estaba furioso. Furioso con papá por haber traicionado a mamá. Furioso con mamá por haberse ido a estudiar derecho y habernos abandonado. Furioso con los dos hijos malcriados de Rita, que vendrían a vivir en casa [...] Pero, sobre todo, estaba furioso con Rita [...] la odiaba. Y porque no me parecía correcto odiar, también estaba furioso conmigo mismo."—Stepfamilies—New Patterns in Harmony (Familias por afinidad—Nuevos modelos de armonía), por Linda Craven.

CUANDO los padres de uno se han divorciado y uno de ellos se casa después con otra persona, uno ve destruida la esperanza de que algún día sus padres se reconcilien. Eso puede crear en uno sentimientos de inseguridad, de haber sido traicionado, y celos.

El nuevo casamiento puede ser especialmente doloroso para uno si viene poco después de la muerte de su padre o madre con quien uno estuviera muy encariñado. "La muerte de mi madre me amargó mucho", admitió Missy, de 16 años. "Pensaba que la prometida de mi padre estaba tomando el lugar de mi madre, así que me portaba muy mal con ella." Por lealtad a tu pariente muerto, quizás hasta te sientas culpable si empiezas a cobrarle afecto a tu nuevo pariente por el casamiento.

No sorprende, pues, que muchos jóvenes desahoguen su dolor emocional en actos destructivos. Algunos hasta se esfuerzan por disolver el nuevo matrimonio. Pero recuerda,



A menudo los hijos sienten ira, inseguridad y celos cuando uno de sus padres se casa de nuevo

tu pariente natural (padre o madre) y la persona con quien ese pariente se ha casado recientemente han pronunciado sus votos matrimoniales ante Dios. "Por lo tanto, lo que Dios ha unido bajo un yugo, no lo separe ningún hombre [o niño]." (Mateo 19:6.) Y aunque pudieras separarlos, eso no lograría que tus padres naturales volvieran a unirse.

Tampoco tiene sentido el estar en conflicto constante con tu nuevo pariente por afinidad (padrastro o madrastra). Proverbios 11:29 *(E. M. Nieto)* advierte: "El que perturba su casa, heredará viento", es decir, acabará sin nada. El resentimiento de Gerri (una joven de 15 años) contra su madrastra terminó al fin en una enconada disputa. ¿Qué resultado tuvo esto? Su madrastra exigió que el padre de Gerri escogiera entre las dos. Gerri terminó yéndose a vivir con su madre natural... quien también había vuelto a casarse.

El amor te ayuda a encararte a la situación

¿Cuál es el secreto de encararte con éxito al nuevo casamiento de tu pariente natural? Manifestar el amor basado en principios que se describe en 1 Corintios 13:4-8:

El amor *"no busca sus propios intereses"*. Esto significa 'no buscar nuestra propia ventaja, sino la de la otra persona'. (1 Corintios 10:24.) Si uno de tus padres ha decidido que

necesita de nuevo el compañerismo de un cónyuge, ¿deberías resentirte por ello?

***"El amor** no es celoso."* A menudo los jóvenes no quieren compartir con ninguna otra persona el amor de su pariente natural. Pero no tienes que temer que a ese pariente se le acabe el amor, pues el amor puede ensancharse. (Compara con 2 Corintios 6:11-13.) Tu pariente natural puede extender su amor a un nuevo cónyuge sin perder el cariño que te tiene. ¿Abrirás tu corazón para dar cabida en él a tu padrastro (o madrastra)? El hacerlo no significa de ninguna manera que estés siendo desleal a tu pariente difunto.

***El amor** "no se porta indecentemente"*. El vivir con nuevos hermanos o hermanas por afinidad (hermanastros) puede crear presiones morales. Según se informa, en el 25% de las familias con enlaces de afinidad se incurre en relaciones sexuales ilícitas.

David, quien llegó a tener cuatro hemanastras adolescentes por el nuevo casamiento de su madre, dice: "Se me hizo necesario levantar un bloqueo mental contra los deseos sexuales". Tú también querrás cuidarte para evitar familiaridad indebida, a la vez que te aseguras de que ni en tu ropa ni en tu conducta haya provocación sexual. (Colosenses 3:5.)

***El amor** 'sabe soportar'; 'lo sufre todo'. (Versión Popular.)* ¡A veces parece que nada puede hacer que desaparezcan las emociones dolorosas! Marla confesó: "Me parecía que estaba de más en casa. Hasta le dije a mamá que quisiera no haber nacido nunca". ¡Marla se rebeló, y hasta se fue de la casa! Pero ahora dice: "El mejor proceder es aguantar". Si aguantas, con el tiempo disminuirán la amargura, el desconcierto y el dolor que sientas al principio.

'¡Usted no es mi verdadero padre (o madre)!'

No es fácil someterse a la disciplina de alguien que ocupa el lugar del padre o la madre que uno ha perdido, y cuando esa persona le dice a uno que haga algo, quizás uno se sienta tentado a decir bruscamente: '¡Usted no es mi verdadero padre (o madre)!'. Pero recuerda el principio que se declara

en 1 Corintios 14:20: "[Sean] maduros en el modo de pensar". *(Versión Reina-Valera,* 1977.)

El aceptar la autoridad de tu nuevo pariente para disciplinarte es una manera de demostrar que 'eres maduro en tu modo de pensar'. Esa persona cumple con las obligaciones de un pariente natural y merece que le muestres respeto. (Proverbios 1:8; Efesios 6:1-4.) En tiempos bíblicos, a Ester la crió un padre adoptivo, o "cuidador", cuando sus padres murieron. Aunque Mardoqueo no era el padre natural de Ester, 'le imponía mandatos', ¡que ella obedeció hasta en la edad adulta! (Ester 2:7, 15, 17, 20.) En realidad, la disciplina de esa persona generalmente manifiesta amor e interés en tu bien. (Proverbios 13:24.)

"Pensaba que la prometida de mi padre estaba tomando el lugar de mi madre, así que me portaba muy mal con ella"

Con todo, necesariamente habrá ocasiones en que tendrás quejas legítimas. Cuando eso suceda, demuestra madurez al obrar, como insta Colosenses 3:13: "Continúen soportándose unos a otros y perdonándose liberalmente unos a otros si alguno tiene causa de queja contra otro".

Aprende a compartir, aprende a ceder

Cuando Jamie (una joven de 15 años) vivía sola con su madre, tenía su propia habitación y vestía ropa cara. Aquella situación cambió cuando su madre volvió a casarse y Jamie llegó a formar parte de una familia en la que ya había otros cuatro menores. "Ahora ni siquiera tengo mi propia habitación —dijo ella en lamento—. Tengo que compartirlo todo."

Puede que tú también cambies de posición y ya no seas ni hijo mayor ni hijo único en la familia. Si eres varón, puede que por mucho tiempo hayas servido como el hombre de la casa... la posición que ahora ocupa tu padrastro. O si eres hija, puede que tu mamá y tú hayan sido como hermanas y hasta hayan dormido en la misma habitación, pero ahora tu padrastro toma tu lugar.



La disciplina de los padrastros no suele aceptarse con gusto

"Llegue a ser conocido de todos los hombres lo razonables que son ustedes", recomienda la Biblia. (Filipenses 4:5.) La palabra original que se usó significaba "ceder", y transmitía el espíritu de alguien que no insistía en todos sus derechos legítimos. Así que trata de ceder, de acomodarte a la voluntad de la otra persona. Aprovecha al máximo tu nueva situación, y evita el vivir de recuerdos. (Eclesiastés 7:10.) Comparte de buena gana con tus hermanastros y hermanastras, y no los trates como a extraños. (1 Timoteo 6:18.) Mientras más pronto empiecen todos a tratarse como verdaderos hermanos y hermanas, más rápido se desarrollarán buenos sentimientos entre todos. Y en cuanto al nuevo hombre de la casa, no te resientas por él. Alégrate de que esté allí para ayudar a llevar la carga de las responsabilidades domésticas.

Cómo encararte al trato desigual

Después de reconocer que su padrastro era amoroso, una joven añadió: "Pero hay una diferencia. En nuestro caso él espera más, nos disciplina más, es menos comprensivo [...] que en el caso de sus propios hijos de la misma edad. Eso nos duele".

Date cuenta de que el que no es pariente natural tuyo no va a sentir para ti lo mismo que siente para su prole natural. Eso no se debe tanto al enlace de sangre con su propia prole como a las experiencias que han compartido en la vida. Después de todo, hasta los padres naturales pueden amar a

un hijo más que a otro. (Génesis 37:3.) Sin embargo, hay una distinción importante entre igual y justo. Cada persona tiene su propia personalidad, y necesidades diferentes. Por eso, en vez de preocuparte demasiado en cuanto a si se te trata en igualdad con los demás, trata de ver si tu padrastro (o madrastra) se esfuerza por darte lo que necesitas. Si crees que eso no se está haciendo, entonces tienes razón para considerar el asunto con esa persona.

Tus hermanastros pueden ser también fuente de contienda. Nunca olvides que ellos también quizás estén pasando por un difícil período de ajuste a la situación de la nueva familia. Puede que hasta se resientan de ti, por verte como una intrusión en su familia. De modo que esfuérzate por mostrar bondad. Si te desprecian, trata de 'vencer el mal con el bien'. (Romanos 12:21.) Además, no es raro que hasta hermanos y hermanas de la misma sangre tengan sus discordias de vez en cuando. (Ve el capítulo 6.)

¡La paciencia da resultados!

"Mejor es el fin de un asunto, posteriormente, que su principio. Mejor es el que es paciente que el que es altivo de espíritu." (Eclesiastés 7:8.) Normalmente tienen que pasar varios años antes de que entre los miembros de una familia en que hay tanto lazos naturales como de afinidad se desarrolle un grado de confianza que les permita sentirse a gusto unos con otros. Solo entonces pueden combinarse en una rutina que funcione bien diversas costumbres y valores. ¡Por eso, ten paciencia! No esperes recibir 'amor instantáneo' o que el resultado de la situación sea una 'familia instantánea'.

Cuando la madre de Thomas volvió a casarse, él se sintió incómodo, por no decir nada peor. Su madre tenía cuatro hijos, y el hombre con quien ella se casó tenía tres hijas. "Teníamos peleas, disputas, perturbaciones, terribles tensiones emocionales", escribió Thomas. ¿Cómo se resolvió aquella situación? "Al aplicar los principios bíblicos, las dificultades se resolvieron; no siempre al instante, pero con el

tiempo y la aplicación de los frutos del espíritu de Dios, se allanaron al fin las asperezas." (Gálatas 5:22, 23.)

El que el comprometerse a obedecer los principios bíblicos realmente trae éxito en familias en tal situación lo ilustran las siguientes experiencias de jóvenes entrevistados:

Jóvenes en familias con parentesco por afinidad

Entrevistador: *¿Cómo evitaste el resentirte por la disciplina de tu padrastro?*

Lynch: Mi madre y mi padrastro siempre se ponían de acuerdo al disciplinar. Cuando sucedía algo, la decisión de disciplinarme era de ambos; por eso, cuando yo recibía castigo sabía que venía de los dos.

Linda: Al principio se me hacía muy difícil, porque yo decía: "¿Qué derecho tiene él para decirme eso?". Pero entonces pensaba en lo que la Biblia dice: 'Honra a tu madre y a tu padre'. Aunque él no fuera mi padre natural, a la vista de Dios todavía era mi padre.

Robin: Sabía que heriría mucho a mamá si me resentía contra alguien a quien ella amaba.

Entrevistador: *¿Qué promovió la buena comunicación?*

Lynch: Uno tiene que interesarse en lo que su padrastro hace. Yo lo ayudaba en su empleo seglar. Y mientras trabajábamos, siempre hablábamos. Esto me ayudó a saber cómo pensaba él. Otras veces, simplemente me sentaba con él para hablar de cualquier cosa.

Valerie: Mi madrastra y yo pasamos mucho tiempo juntas, y llegué a comprenderla. Nos hicimos muy buenas amigas.

Robin: Mi madre volvió a casarse precisamente al año de la muerte de mi padre. Yo no quería tenerle afecto a mi padrastro porque no quería que tomara el lugar de mi padre. Oré a Dios que me ayudara a sobreponerme a la muerte de mi padre y a cultivar una relación más estrecha con mi padrastro. Oré constantemente. Jehová realmente me contestó aquellas oraciones.

Entrevistador: *¿Qué hacían para que hubiera mejor relación entre ustedes?*

Valerie: A veces le pedía a mi madrastra que me acompañara a alguna función artística; íbamos ella y yo solas. O cuando yo salía le compraba flores o un jarrón, algo para mostrarle que había estado pensando en ella. Ella agradecía mucho aquello.

Eric: Hay que buscar algo que interese a las dos personas. Lo único que tenía en común con mi padrastro era que él estaba casado con mi madre y que vivíamos en la misma casa. Lo que más ayudó fue que empecé a interesarme en la Biblia como él. Mientras más me acercaba a Jehová Dios, más estrecha se hacía la relación entre mi padrastro y yo. ¡Ahora sí tenemos algo en común!

Entrevistador: *¿Qué beneficio personal has recibido?*

Robin: Cuando en casa vivíamos solo mi madre y yo, yo era rebelde y un niño mimado. Siempre quería todo a mi manera. Ahora he aprendido a pensar en otros y a ser más altruista.

Lynch: Mi padrastro me ayudó a pensar como un hombre. Me ha hecho más apto en algunos trabajos y me ha enseñado a usar las manos. Cuando yo pasaba un mal rato y necesita a alguien, podía contar con él. Es el mejor padre que pudiera tener.

Preguntas para consideración — ***Capítulo 5***

☐ ***¿Cómo se sienten muchos jóvenes cuando sus padres vuelven a casarse? ¿Por qué?***

☐ ***¿Cómo ayuda a un joven a encararse a la situación el desplegar amor cristiano?***

☐ ***¿Hay que someterse a la disciplina de los padrastros?***

☐ ***¿Por qué es importante aprender a ceder y compartir?***

☐ ***¿Deberías esperar trato igual al que reciben tus hermanastros? ¿Qué puedes hacer si crees que se te trata injustamente?***

☐ ***¿Qué cosas puedes hacer para llevarte mejor con tu padrastro (o madrastra)?***

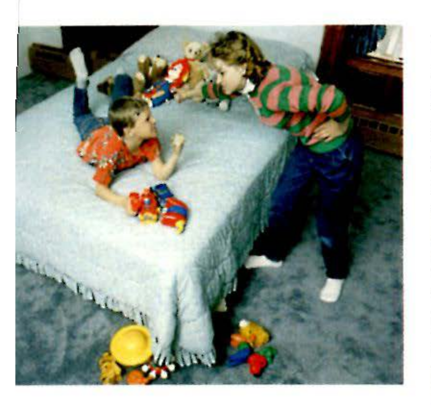
¿Por qué no puedo llevarme bien con mis hermanos?

HA HABIDO rivalidad entre los hermanos desde los días de Caín y Abel. No se trata de que realmente uno odie a su hermano o su hermana. Un joven reconoció: "Creo que en el fondo de mi corazón, bien escondido allá, le tengo cariño a mi hermano; y si no es cariño, es algo parecido".

¿Por qué es tan común la discordia entre hermanos? La escritora Harriet Webster cita las palabras de Claudia Schweitzer, consejera de familias, quien dijo: "Cada familia dispone de cierta cantidad de recursos, algunos emocionales y otros materiales". Añade: "Por lo general, la pelea entre hermanos se debe a que compiten por esos recursos, que abarcan desde el amor de los padres hasta el dinero y la ropa". Por ejemplo, Camille y sus cinco hermanos y hermanas comparten tres dormitorios. "A veces deseo estar a solas —dice Camille—, y me gustaría encerrarme en la habitación para que nadie me moleste; pero no puedo."

También pueden surgir problemas por la cuestión de compartir privilegios y responsabilidades en la casa. Los hijos mayores quizás se resientan por tener que hacer la mayor parte de las tareas domésticas. A los más pequeños tal vez les disguste que un hermano mayor les dé órdenes, o quizás envidien a sus hermanos mayores porque estos reciben privilegios que ellos desean. Una adolescente de Inglaterra se lamentó así: 'Mi hermana está aprendiendo a conducir un auto, y yo no puedo. Eso me molesta mucho, y por eso trato de hacerle la vida imposible'.

A veces la discordia entre hermanos se debe sencillamen-



te a conflictos de personalidad. Una joven de 17 años llamada Diane dice esto de sus hermanos: "Si la misma gente se ve día tras día, [...] y si uno ve todos los días a la misma persona hacer la misma cosa que molesta a uno, llegará el momento en que no aguante más". Un joven llamado Andre añade: "Cuando uno está en casa [...], se comporta como en verdad es". Desgraciadamente, muchas veces 'el comportarse uno como en verdad es' significa olvidarse de la cortesía, la bondad y la prudencia.

El que los padres tengan preferencias ('¡Mamá te prefiere a ti!') es otra causa de discordia entre los hermanos. Lee Salk, profesor de sicología, admite: "Es imposible que un padre ame a todos los hijos de la misma manera, pues son seres humanos diferentes que inevitablemente provocan reacciones diferentes en nosotros [los padres]". Esto sucedió también en tiempos bíblicos. El patriarca Jacob (Israel) "amaba a José más que a todos sus otros hijos". (Génesis 37:3.) Esto despertó la envidia de sus hermanos.

Apaga el fuego

Proverbios 26:20 dice: "Donde no hay leña, se apaga el fuego". Para evitar la propagación de incendios forestales, a veces se hacen cortafuegos; es decir: se corta un sendero ancho del que se eliminan todos los árboles. Si hay un incendio, el fuego por lo general avanza hasta ese punto, y entonces se apaga. Del mismo modo, hay maneras de evitar, o por lo menos limitar, los desacuerdos. Una de estas es conversar sobre los asuntos, comunicarse en cuanto a ellos, y tratar de llegar a un acuerdo antes de que estalle una disputa.

Por ejemplo, ¿se debe el problema a que se quiere estar en privado y no se puede? En ese caso, traten de hablar del asunto en un momento en que no estén enojados, y

organicen un horario. ('La habitación es para mí durante estos días o estas horas, y es tuya estos otros días u horas.') Entonces, 'signifique tu palabra *Sí*, Sí, tu *No*, No', mediante respetar lo que se haya acordado. (Mateo 5:37.) Si hay que hacer algún ajuste por cualquier motivo, háblale de antemano a tu hermano o hermana, en vez de imponerle el cambio sin previo aviso.

¿Peleas por tus derechos de propiedad? Una adolescente se quejó: "Mi hermanastra siempre usa mis cosas sin pedirme permiso. ¡Hasta usó mi maquillaje y después tuvo el descaro de decirme que comprara otro mejor!". En casos de ese tipo puedes acudir a tus padres para que tomen la decisión final. Pero mejor aún es que en un momento de calma hables del asunto con tu hermano o hermana. En vez de buscar riñas por tus propios "derechos", muestra disposición 'a compartir'. (1 Timoteo 6:18.) Debe tratarse de concordar en algunas reglas, y una de estas podría ser la de siempre pedir permiso antes de tomar algo prestado. Si es necesario, deben establecerse reglas específicas. ¡Así podrás ver que 'el fuego se apaga' antes de empezar!

"Es imposible que un padre ame a todos los hijos de la misma manera, pues son seres humanos diferentes." —Lee Salk, profesor de sicología

Pero ¿qué hay si la personalidad de uno de tus hermanos es totalmente opuesta a la tuya? En verdad es muy poco lo que se pueda hacer en ese caso. Por eso, es necesario aprender a 'soportarse unos a otros en amor'. (Efesios 4:2.) En vez de exagerar las faltas y los defectos de tus hermanos, aplica el amor cristiano, el cual "cubre una multitud de pecados". (1 Pedro 4:8.) En vez de ser áspero o poco amable, desecha toda "ira, cólera, maldad, habla injuriosa", y esfuérzate para que tu "habla siempre sea con gracia". (Colosenses 3:8; 4:6.)

'¡No es justo!'

"A mi hermana le dan todo lo que quiere —se lamenta una joven—. Pero a mí nunca me toman en cuenta." ¿Te

parece que has oído antes esas palabras? Nota, sin embargo, los dos términos absolutos: "todo" y "nunca". ¿Es en verdad tan crítica la situación? No parece que lo sería. Y aunque lo fuera, ¿sería razonable esperar que a dos personas diferentes se las tratara exactamente igual? ¡Por supuesto que no! Puede que tus padres solo estén respondiendo a las necesidades y al temperamento individuales de ustedes.

Pero ¿no es injusto que los padres favorezcan a un hijo en particular? No necesariamente. Recuerda que Jacob mostraba preferencia por su hijo José. ¿Por qué? Porque José era el hijo que le había dado su amada esposa Raquel, que había muerto. ¿No es comprensible, entonces, que Jacob sintiera mayor afecto por este hijo? Sin embargo, el que Jacob amara a José no significaba que no amara a sus otros hijos, pues realmente estaba interesado en el bienestar de ellos. (Génesis 37:13, 14.) Por eso, ¡no había razón para que los hermanos de José le tuvieran envidia!

De manera similar, puede que tus padres le muestren mayor afecto a tu hermano o a tu hermana que a ti, quizás porque comparten ciertos intereses o tienen personalidades similares, o por otros factores. Pero eso no significa que no te amen.



A veces lamento no tener una hermana; pero en verdad tengo algunas ventajas

'Soy hijo único'

Si te hallas en esa situación, *no es una desventaja. Por una parte, aunque otros jóvenes quizás tengan dificultades con sus hermanos, tú puedes escoger a tus amigos íntimos (por supuesto, con el consentimiento de tus padres). Hasta puedes disponer de más tiempo para estudiar, meditar o desarrollar ciertas aptitudes o talentos. (Ve el capítulo 14 sobre la soledad.)*

Un joven llamado Thomas *señala otra ventaja: "Porque era hijo único, mis padres me daban toda la atención". Naturalmente, el dar atención excesiva a un hijo puede llevarlo a verse como el centro de todo. Pero si tus padres son equilibrados al darte atención, ese cuidado puede ayudarte a madurar con mayor rapidez y a desenvolverte bien entre personas adultas.*

Sin embargo, *puesto que no tienes hermanos con quienes compartir tus cosas, existe el peligro de que te hagas egoísta. Jesús recomendó: "Practiquen el dar". (Lucas 6:38.) Trata de compartir tus cosas con amigos o familiares. Muestra interés en las necesidades de otros y, cuando sea posible, ofrece ayuda. La gente responderá a esa generosidad tuya, y quizás descubras que, aunque seas hijo único, no eres un joven solitario.*

Si te resientes por ello o sientes envidia, debes reconocer que tu corazón imperfecto te está dominando. Esfuérzate por vencer esa mala actitud. Si se te está dando lo que necesitas, ¿por qué perturbarte si un hermano parece recibir atención adicional?

Es una bendición tener hermanos

Puede que a veces eso se te haga difícil de creer, especialmente cuando tus hermanos te causan irritación. Pero una joven llamada Diane, quien tiene siete hermanos, nos recuerda: "Es divertido tener hermanos y hermanas, pues siempre hay alguien con quien hablar y con quien compartir intereses".

Anne Marie y su hermano Andre añaden lo siguiente: "Aunque puedes salir de vez en cuando con tus amigos, con tus hermanos puedes hacerlo siempre. Cada vez que deseas jugar, practicar un deporte o ir al parque, allí tienes para ello a tus hermanos". Donna ve otra ventaja práctica: "Hay otra persona con quien compartir lo que hay que hacer en la casa". Otros han descrito a su hermano o hermana como "un consejero especial que sabe escuchar a uno" y alguien que "comprende a uno".

Los mismos problemas que ahora tienes con tus hermanos los tendrás más adelante con otras personas. La envidia, los derechos de propiedad, el recibir trato desigual, el no poder estar a solas cuando se quiere, el egoísmo, las diferencias de personalidad... todos esos problemas son parte de la vida. El que aprendas a llevarte bien con tus hermanos te servirá de educación en el campo de las relaciones humanas.

Andre, de 17 años, concuerda con las palabras de 1 Juan 4:20 cuando dice: "Si no puedes llevarte bien con las personas a quienes ves, ¿cómo puedes llevarte bien con Jehová, a quien no puedes ver?". De vez en cuando tendrás diferencias personales con tus hermanos. Pero puedes aprender a compartir, a tener buena comunicación con ellos y hasta a ceder a veces. ¿Qué resultados tendrá ese esfuerzo? Quizás te des cuenta de que, después de todo, no es tan malo tener hermanos.

Preguntas para consideración — **Capítulo 6**

- ☐ ***¿Por qué suelen pelear los hermanos?***
- ☐ ***¿Cómo se pueden evitar las peleas por el deseo de estar a solas a veces, y por los derechos de propiedad?***
- ☐ ***¿Qué hace que los padres a veces prefieran a un hijo? ¿Crees que eso sea necesariamente injusto?***
- ☐ ***¿Es desventajoso ser hijo único?***
- ☐ ***¿Qué ventajas hay en tener hermanos?***

¿Debo irme de casa?

"Mamá y papá:

"Bueno, por fin me voy de casa. Como les he dicho antes, no lo hago para irritarlos ni para vengarme de ustedes. No puedo ser feliz con las limitaciones que ustedes me imponen. Quizás tampoco sea feliz si me voy, pero solo quiero ver si es así o no."

ASÍ comenzó la carta de despedida que dirigió a sus padres una joven de 17 años. En la República Federal de Alemania, por ejemplo, entre los jóvenes de 15 a 24 años, de cada tres muchachas, una, y de cada cuatro muchachos, uno, ya no viven con sus padres. Quizás tú también hayas pensado en irte de casa.

Dios previó que el deseo de casarse llevaría a las personas a 'dejar a su padre y a su madre'. (Génesis 2:23, 24.) Y hay otras razones válidas para irse de casa, como la de servir más de lleno a Dios. (Marcos 10:29, 30.) Sin embargo, muchos jóvenes se van de su casa solo para librarse de lo que consideran una situación intolerable. Cierto joven dice: "Lo que pasa es que uno quiere ser más independiente. Ya no está satisfecho con vivir en casa con sus padres. Siempre surgen discusiones, y los padres no entienden lo que uno necesita. Además, uno se siente muy restringido; siempre tiene que dar cuenta a sus padres de todo lo que hace".

¿Estás listo para independizarte?

Pero ¿significa el que desees independencia que ya estés listo para recibirla? En primer lugar, el vivir por tu cuenta quizás no sea tan fácil como crees. A menudo es difícil conseguir empleo. Los alquileres han aumentado mucho. ¿Y qué se ven obligados a hacer muchas veces los

jóvenes que se ven atrapados en un lío económico? Los autores de *Pulling Up Roots* (El desarraigo) dicen: "Regresan a casa y esperan que los padres vuelvan a asumir la carga de mantenerlos".

¿Y qué hay de tu madurez mental, emocional y espiritual? Puede que tú te imagines que eres mayor, pero quizás tus padres todavía vean en ti "cosas características de pequeñuelo". (1 Corintios 13:11.) ¿Y no están tus padres realmente mejor capacitados para juzgar cuánta libertad puedes tener ya? ¡El rebelarte contra la decisión de ellos e irte de casa pudiera ser desastroso! (Proverbios 1:8.)

'¡No me llevo bien con mis padres!'

¿Sucede eso en tu caso? Así y todo, no es razón para que te vayas de casa. Como joven, todavía necesitas a tus padres, y lo más seguro es que te beneficies de su perspicacia y sabiduría por muchos años más. (Proverbios 23:22.) ¿Deberías excluirlos de tu vida solo porque hayas tenido unos problemas con ellos?

Un joven alemán llamado Karsten, que dejó su hogar para emprender una carrera de ministro de tiempo completo, se expresó así: "No te vayas de casa solo porque no puedes llevarte bien con tus padres. Si no puedes llevarte bien con ellos, ¿cómo podrás llevarte bien, después, con otras personas? El irte de casa no solucionará tu problema. Al contrario, solo demostrará que eres demasiado inmaturo para valerte por ti mismo, y te apartará más de tus padres".

"No te vayas de casa solo porque no puedes llevarte bien con tus padres [...] ¿cómo podrás llevarte bien, después, con otras personas?"

La moralidad y los motivos

Los jóvenes también tienden a pasar por alto los peligros morales que surgen cuando uno se va de casa antes de estar listo para ello. En Lucas 15:11-32 Jesús habla sobre

un joven que quería ser independiente y se fue de su casa. Puesto que ya no estaba bajo la buena influencia de sus padres, empezó a 'vivir una vida disoluta' y sucumbió a la inmoralidad sexual. En poco tiempo malgastó su dinero. Se le hizo tan difícil conseguir empleo que hasta aceptó un trabajo que los judíos despreciaban... guardar cerdos. Sin embargo, el llamado hijo pródigo, o despilfarrador, recobró el sentido. Se tragó el orgullo, volvió a casa y le rogó a su padre que lo perdonara.

Aunque esa parábola se relató para destacar la misericordia de Dios, también contiene esta lección práctica: ¡el irte de casa por un motivo imprudente puede perjudicarte en sentido moral y espiritual! Lamentablemente, algunos jóvenes cristianos que han emprendido un derrotero independiente han sufrido ruina espiritual. Porque no han podido mantenerse a flote económicamente, algunos han recurrido a compartir los gastos con otros jóvenes cuyo estilo de vida no armoniza con los principios bíblicos. (1 Corintios 15:33.)

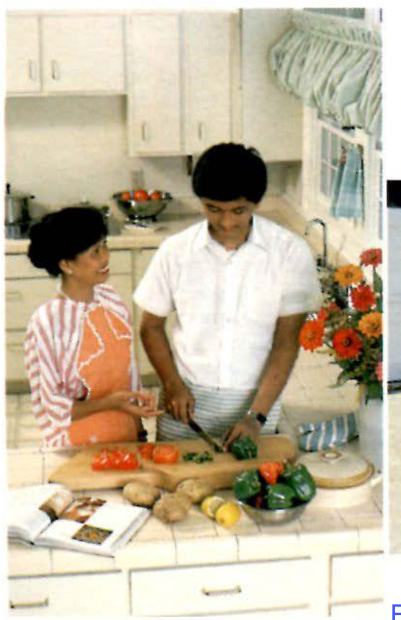
Un joven alemán llamado Horst recuerda a cierto joven de su misma edad que huyó de casa; dice: "Aunque no estaban casados, él y su novia empezaron a vivir juntos. Celebraban fiestas en que el licor fluía libremente, y muchas veces él terminaba borracho. Si hubiera seguido en su casa, sus padres no habrían permitido nada de aquello". Horst concluyó: "Es verdad que uno tiene más libertad cuando se va de casa. Pero, con toda sinceridad, ¿no es cierto que muchas veces se usa esa libertad para hacer cosas malas?".

Por eso, si quieres más libertad, pregúntate: Realmente, ¿para qué la quiero? ¿Es para obtener posesiones materiales o para hacer cosas que mis padres me prohibirían hacer si viviera en casa? Recuerda lo que la Biblia dice en Jeremías 17:9: "El corazón es más traicionero que cualquier otra cosa, y es desesperado. ¿Quién puede conocerlo?".

¿Cómo puedo desarrollarme si no me voy de casa?

El libro *Adolescence* comenta: "El solo irse del hogar de su familia no garantiza éxito en la transición [a la edad adulta]. Y el permanecer en casa tampoco significa que uno no se desarrolle". De hecho, el desarrollo significa más que simplemente tener uno su propio dinero, empleo y apartamento. En primer lugar, uno aprende a vivir al enfrentarse directamente a los problemas. Nadie gana nada con huir de situaciones que no le gustan. Lamentaciones 3:27 dice: "Bueno le es al hombre físicamente capacitado llevar el yugo durante su juventud".

Por ejemplo, considera el caso de los padres con quienes no es fácil llevarse bien, o que son demasiado estrictos. Mac, quien ahora tiene 47 años, tuvo un padre que lo cargaba de quehaceres en la casa cuando llegaba de la escuela. Durante las vacaciones de verano, mientras los demás jóvenes jugaban, Mac tenía que trabajar. "Yo creía



En casa puedes adquirir aptitudes que necesitarás para poder vivir por tu cuenta



¿Qué soluciona el que huyas?

Cada año, *más de un millón de adolescentes huyen de su casa. Algunos huyen de situaciones intolerables... como el abuso físico o sexual. Pero en la mayoría de los casos lo que hace que los jóvenes huyan son disputas con los padres sobre el tener que llegar a casa a cierta hora fija, las calificaciones escolares, los quehaceres domésticos, la selección de amigos, y así por el estilo.*

Puede que tus padres *ni vean muchos asuntos como tú los ves, ni piensen como tú piensas. Pero ¿has pensado en que ellos tienen la obligación divina de criarte "en la disciplina y regulación mental de Jehová"? (Efesios 6:4.) Por eso, tal vez insistan en que los acompañes a reuniones y actividades religiosas o hasta restrinjan tu compañerismo con otros jóvenes. (1 Corintios 15:33.) ¿Es eso razón para que te rebeles o huyas de casa? Tú también tienes una obligación divina: "Honra a tu padre y a tu madre". (Efesios 6:1-3.)*

Además, *el huir de casa no soluciona nada. Amy, quien huyó cuando tenía 14 años, reflexiona: "El que huyas de casa solo te crea más problemas". Margaret O. Hyde, en su libro My Friend Wants to Run Away (Mi amigo quiere huir de su casa), dice: "Algunos de los que huyen consiguen empleo y pueden mantenerse. Pero la mayoría llevan peor vida que la de antes de huir". Además, la revista 'Teen hace notar: "Los adolescentes no encuentran libertad en las calles. En vez de eso, encuentran a otros jóvenes que, como ellos, o han huido de casa o han sido echados de su hogar, y ahora viven en edificios abandonados, donde no tienen ninguna protección contra violadores y atracadores. También caen en manos de mucha gente cuyo sucio negocio es aprovecharse de los jóvenes, y los adolescentes en fuga son blanco fácil".*

Cuando Amy *huyó de su hogar, consiguió un "amigo" de 22 años que le exigió como pago por su alojamiento "que tuviera relaciones sexuales con él y con nueve amigos suyos". Ella también "se emborrachó y tomó muchas drogas". Otra joven, llamada Sandi, huyó de su casa porque su abuelo adoptivo abusaba sexualmente de ella. Se hizo mujer pública y vivía en las calles y dormía en los bancos de los parques o donde podía.*

Estos son casos que representan lo que les sucede a muchos jóvenes en fuga.

La mayoría *de estos jóvenes tienen poco conocimiento práctico que les sirva para ganarse el sustento. Por lo general tampoco tienen los documentos necesarios para conseguir empleo: certificado de nacimiento, tarjeta de Seguro Social, dirección permanente. "He tenido que robar y mendigar —dice Luis—, pero principalmente robar, porque nadie le da nada a uno allá fuera." Como el 60% de estos jóvenes son muchachas, muchas de las cuales se consiguen el sustento como rameras. Los pornógrafos, traficantes de drogas y hombres que controlan a las rameras y les consiguen clientes suelen buscar en las estaciones de autobuses a jóvenes en fuga, para explotarlos. Quizás ofrezcan a los asustados jóvenes alojamiento y alimento. Puede que hasta les den lo que les faltaba en casa: un sentimiento de que se les ama.*

Sin embargo, *con el tiempo esos "benefactores" exigen un pago. Y para una joven eso pudiera significar trabajar para ellos como ramera, participar en perversiones sexuales o posar para retratos pornográficos. No extraña el que muchos jóvenes terminen gravemente lastimados... ¡o muertos!*



Por lo tanto, *tiene sentido que hagas todo cuanto puedas —y eso significa más de una vez— por hablar con tus padres. Confiésales tu sentir y lo que te esté pasando. (Ve los capítulos 2 y 3.) En los casos en que ha habido abuso físico o sexual, puede que sea necesario que busques la ayuda de otra persona.*

Sin importar la situación *en que te halles, habla, no huyas. Hasta si la vida en el hogar no es ideal, piensa en que te puede ir peor si huyes.*

que él era el peor hombre del mundo, porque no nos dejaba jugar ni divertirnos —dice Mac—. Muchas veces pensaba: '¡Si solo pudiera irme de aquí y vivir mi propia vida!'." Pero ahora Mac ve aquella situación de otra manera: "Fue inapreciable lo que papá hizo por mí. Me enseñó a trabajar duro y sobrellevar las dificultades. Desde entonces he tenido que hacer frente a problemas mucho más graves, pero sé como afrontarlos directamente".

Vida en las nubes

Sin embargo, el sencillamente vivir en casa no garantiza que madurarás. Cierto joven dice: "Vivir en casa con mis padres era como vivir en las nubes. Ellos lo hacían todo para mí". Parte de tu desarrollo consiste en que aprendas a hacer las cosas por tu propia cuenta. Hay que reconocer que el sacar la basura o lavar la ropa no es tan divertido como escuchar tus discos favoritos. Pero ¿qué pudiera suceder si nunca aprendes a hacer esas cosas? Puedes llegar a ser un adulto inútil que dependa completamente de los padres u otras personas.

¿Te estás preparando (sea cual sea tu sexo) para tu independencia futura mediante aprender a cocinar, limpiar, planchar o hacer reparaciones en el hogar o en el automóvil?

Independencia económica

Los jóvenes que viven en países prósperos tienden a creer que es fácil conseguir dinero, y más fácil aún gastarlo. Si tienen un empleo de media jornada, tienden a gastar sus ingresos en equipo estereofónico y ropa de marca. Pero ¡qué sorpresa penosa se llevan cuando se van de casa para vivir por su cuenta! Horst (mencionado antes) recuerda: "Para el fin del mes [cuando vivía por mi cuenta] tanto la billetera como la alacena estaban vacías".

¿Por qué no aprendes a dar buen uso al dinero mientras vives en casa? Tus padres han tenido años de experiencia haciéndolo, y pueden ayudarte a evitar muchos

peligros. El libro *Pulling Up Roots* (El desarraigo) sugiere que les hagas preguntas como estas: '¿Cuánto pagamos mensualmente por la electricidad?, ¿por la calefacción?, ¿por el agua?, ¿por el uso del teléfono? ¿Qué impuestos pagamos? ¿Cuánto pagamos de alquiler?'. ¡Quizás te sorprenda saber que a menudo los jóvenes que han conseguido un empleo tienen más dinero para sus gastos personales que sus padres! Por eso, si tienes un empleo, ofrece una contribución razonable para el mantenimiento del hogar.

Aprende antes de salir de casa

No; no es necesario que te vayas de casa para desarrollarte. Pero mientras estás en casa debes esforzarte por desarrollar buen juicio y sensatez. Aprende, también, a llevarte bien con los demás. Demuestra que puedes aguantar crítica, fracaso o desilusión. Cultiva 'benignidad, bondad, apacibilidad, dominio de ti mismo'. (Gálatas 5:22, 23.) Esas cualidades son las verdaderas señales de un cristiano desarrollado.

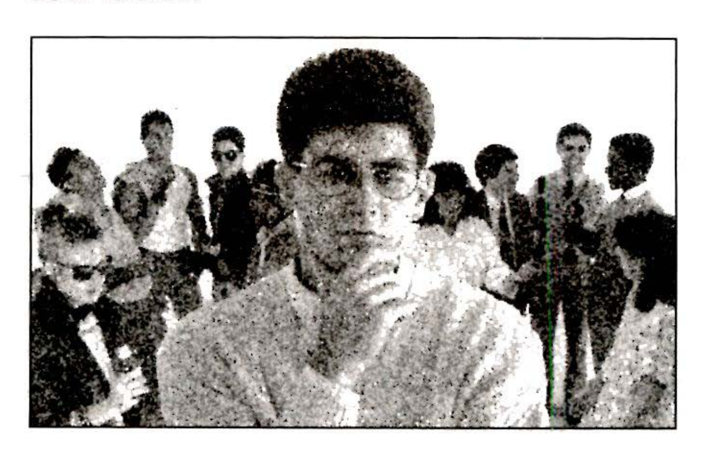
Es probable que tarde o temprano surjan circunstancias (como la del matrimonio) que te hagan dejar el nido hogareño de tus padres. Pero hasta entonces, ¿por qué tener prisa por irte? Considera el asunto con tus padres. Ellos quizás se alegren de que te quedes, especialmente si de veras contribuyes al bienestar de la familia. Con su ayuda, puedes seguir desarrollándote, aprendiendo y madurando allí mismo en casa.

Preguntas para consideración ***Capítulo 7***

- ☐ ***¿A qué se debe el deseo de muchos jóvenes de irse de casa?***
- ☐ ***¿Por qué no están preparados para ese paso la mayoría de los jóvenes?***
- ☐ ***¿A qué peligros se encara el joven que se va del hogar antes de estar listo para ello?***
- ☐ ***¿Qué problemas pudieran afrontar los jóvenes que huyeran de casa?***
- ☐ ***¿Cómo es posible que madures estando todavía en tu hogar?***

Tú y los jóvenes como tú

Todos necesitamos amigos. Pero cuando uno es joven, puede que los amigos ejerzan mayor influencia en cómo uno se viste, actúa y piensa que los padres de uno. Entonces, ¿quiénes deberían ser tus amigos? ¿Y hasta qué grado deberían sus opiniones moldear tu vida?



¿Cómo conseguir amigos verdaderos?

UN joven llamado Ronny se lamentó así: "Llevo ocho años en la escuela de este distrito, ¡y nunca he conseguido un solo amigo! ¡Ni siquiera uno!". Puede que a veces a ti también te haya parecido que no sirves para hacer amigos. Pero ¿en qué consisten realmente los amigos verdaderos? ¿Y cuál es el secreto tras conseguirlos?

Un proverbio dice: "Un amigo es siempre afectuoso, y en tiempos de angustia es como un hermano". (Proverbios 17:17, *Versión Popular.)* Pero la amistad es más que simplemente tener un hombro sobre el cual llorar. Una joven llamada Marvia dice: "A veces un supuesto amigo ve a uno meterse en dificultades y le dice: 'Vi que ibas por mal camino, pero temí decírtelo'. Pero si un amigo verdadero ve que vas por mal camino trata de advertírtelo antes de que sea demasiado tarde... aunque sepa que te vas a disgustar por ello".

¿Permitirás que el orgullo te lleve a rechazar a alguien que se interesa tanto en tu bien que te dice la verdad? Proverbios 27:6 dice: "Más se puede confiar en el amigo que hiere que en el enemigo que besa". *(Versión Popular.)* Por eso, el amigo que deberías buscar debería ser alguien que pensara rectamente y hablara con franqueza.

Contraste entre los amigos verdaderos y los falsos

"Mi vida es prueba de que no todos los 'amigos' ayudan a uno a mejorar", declaró Peggy, de 23 años. En su adolescencia, Peggy se vio obligada a dejar su hogar. Sin embargo, hizo amistad con dos testigos de Jehová: Bill y su

esposa Lloy. Ellos comenzaron un estudio de la Biblia con Peggy. "Los meses que pasé con ellos fueron meses de verdadero gozo, contentamiento y paz", dijo Peggy. Pero decidió asociarse con un grupo de jóvenes que había conocido, y dejó a Bill y Lloy.

Peggy sigue su relato: "Estos nuevos 'amigos' me enseñaron muchas cosas: a robar equipo estereofónico, cobrar cheques falsos, fumar marihuana y, finalmente, sostener un vicio de drogas que costaba doscientos dólares (E.U.A.) diarios". Al cumplir 18 años conoció a un joven llamado Ray, quien le ofreció todas las drogas que quisiera, gratis. "Creí que había resuelto todos mis problemas. Nunca más tendría que engañar ni robar", pensó Peggy. Pero Ray hizo de ella una mujer pública, una ramera. Peggy al fin huyó de la ciudad y de sus "amigos".

"Estos nuevos 'amigos' me enseñaron muchas cosas: a robar equipo estereofónico, cobrar cheques falsos, fumar marihuana y, finalmente, sostener un vicio de drogas que costaba doscientos dólares [E.U.A.] diarios"

Dos testigos de Jehová la visitaron en su nueva dirección. "Los ojos se me llenaron de lágrimas cuando abracé a aquellas dos mujeres, para sorpresa de ellas —relató Peggy—. Había llegado a odiar la hipocresía de mis anteriores 'amigos', pero aquí estaban unas personas sinceras." Peggy reanudó su estudio de la Biblia.

Sin embargo, se le hizo difícil amoldar su vida a los caminos de Dios. Lo que más duro se le hizo fue dejar de fumar. Por eso, una amiga Testigo le recomendó: "En vez de orar para pedir perdón después de haber fallado, ¿por qué no oras antes y pides fuerzas para vencer el deseo de fumar?". Peggy dice: "Esta sugerencia bondadosa y práctica tuvo resultados positivos. [...] Por primera vez en mu-

chos años me sentí limpia por dentro y supe lo que es tener dignidad".

La experiencia de Peggy destaca lo ciertas que son las palabras de la Biblia en Proverbios 13:20: "El que está andando con personas sabias se hará sabio, pero al que está teniendo tratos con los estúpidos le irá mal". Peggy dice: "Si no me hubiera apartado de la amistad con las personas que amaban a Dios, habría podido evitar las experiencias que ahora no quisiera recordar".

Dónde hallar amigos

¿Dónde puedes hallar amigos que amen a Dios? En la congregación cristiana. Busca en ella a jóvenes que no solo digan que tienen fe, sino que tengan también obras que respalden su fe y devoción. (Compara con Santiago 2:26.) Si no hay jóvenes de esa clase, trata de familiarizarte con cristianos mayores que tú. La edad no debe ser barrera para la amistad. La Biblia nos habla de la amistad modelo que existió entre David y Jonatán, ¡y, por su edad, Jonatán pudiera haber sido padre de David! (1 Samuel 18:1.)

Pero ¿cómo se cultivan las amistades?

Muestra interés activo en otros

Jesucristo cultivó amistades tan firmes que después sus amigos estaban dispuestos a morir por él. ¿A qué se debió esto? Entre otras razones, Jesús se interesaba en las perso-





¿Debería delatar a mi amigo?

Si te enteras de que un amigo usa drogas, está experimentando con las relaciones sexuales, o engaña o roba... ¿se lo dirías a alguien responsable? La mayoría de los jóvenes no lo harían, pues se adhieren a una particular regla de silencio que por lo general domina entre los jóvenes.

Algunos temen que los llamen soplones. Otros tienen un sentido de lealtad equivocado. Porque ven la disciplina como perjudicial, piensan que le hacen un favor a su amigo al encubrir sus problemas. Además, el romper esa regla de silencio pudiera exponer al joven a la burla de sus amigos o hasta hacer que pierda su amistad.

Sin embargo, cuando un joven llamado Lee se enteró de que su mejor amigo, Chris, estaba fumando, decidió actuar. Dice: "¡La conciencia me molestaba porque sabía que tenía que decírselo a alguien!". En tiempos bíblicos, un joven se encaró a una situación similar. "José, a los diecisiete años de edad, se hallaba cuidando ovejas con sus hermanos [...] así que José llevó un mal informe acerca de ellos a su padre." (Génesis 37:2.) José sabía que, si guardaba silencio, el bienestar espiritual de sus hermanos peligraría.

El pecado es una fuerza que corrompe. A menos que un amigo que yerra reciba ayuda —quizás como disciplina bíblica firme— es muy posible que siga envolviéndose más en la maldad. (Eclesiastés 8:11.) Por consiguiente, el encubrir el mal proceder de un amigo no solo es perjudicial, sino que, además, puede resultar en daño irreparable.

Por eso, la Biblia exhorta: "Hermanos, aunque un hombre dé algún paso en falso antes que se dé cuenta de ello, ustedes los que tienen las debidas cualidades espirituales traten de reajustar a tal hombre con espíritu de apacibilidad". (Gálatas 6:1.) Puede que no creas que tienes las debidas cualidades espirituales para reajustar a un amigo

descarriado. Pero ¿no sería lógico entonces que te encargaras de informar el asunto a alguien que pueda ayudarlo?

Así, pues, *es preciso que abordes a tu amigo y pongas al descubierto su falta. (Compara con Mateo 18:15.) Esto requerirá valor y denuedo de ti. Sé firme, presenta prueba convincente de su pecado, dile específicamente lo que sabes y cómo te enteraste. (Compara con Juan 16:8.) No le prometas que no se lo dirás a nadie, pues esa promesa no sería válida a los ojos de Dios, quien condena el encubrir el mal. (Proverbios 28:13.)*

Puede que *haya habido un malentendido. (Proverbios 18:13.) Si no es así, y en realidad se ha cometido un mal, puede que alivie a tu amigo el que su problema haya salido a la luz. Por eso, sé buen oyente. (Santiago 1:19.) No interrumpas su libre expresión con expresiones de juicio como: "¡No deberías haber hecho eso!", o de alarma: "¡Cómo pudiste hacer eso!". Muestra empatía y ponte en su lugar. (1 Pedro 3:8.)*

A menudo *se requiere más ayuda de la que tú puedes dar. En ese caso, insiste en que tu amigo revele su mal proceder a sus padres o a otros adultos responsables. Pero ¿qué hay si rehúsa hacerlo? Menciónale que si él no resuelve el asunto en un tiempo razonable, entonces tú, como verdadero amigo que eres, te verás obligado a hacerlo por él. (Proverbios 17:17.)*

Al principio *tu amigo quizás no entienda por qué actúas así. Puede que hasta se enoje contigo y te rechace como amigo. Pero Lee dice: "Sé que hice lo correcto al decirlo. Mi conciencia se sintió mucho mejor, pues Chris estaba recibiendo la ayuda que necesitaba. Después vino y me dijo que no estaba enojado por lo que hice, y aquello me tranquilizó".*

Si tu amigo *sigue resentido por tu valerosa acción, eso demuestra que nunca fue amigo verdadero. Pero tú tendrás la satisfacción de saber que probaste tu lealtad a Dios y que demostraste ser verdadero amigo.*



El interés en los demás es la clave para comenzar amistades

nas. Se esforzaba por ayudar a otros. 'Quería' hacerles el bien. (Mateo 8:3.) Sí, el interesarse sinceramente en otros es el primer paso para cultivar amistades.

Por ejemplo, un joven llamado David dice que se gana amigos porque "ama de verdad a la gente y se interesa en otros". Añade: "Una de las cosas más importantes es saber cómo se llama la persona. Las personas se impresionan cuando ven que uno se interesa lo suficientemente en ellas como para recordar su nombre. Esto hace que algunas le cuenten a uno una experiencia o le confíen algún problema, y así empieza a crecer la amistad".

Esto no significa que tienes que ser un extravertido que se luzca dando la mano efusivamente a todo el mundo. Jesús era "humilde de corazón"; nunca llamó atención a sí mismo ni fue ostentoso. (Mateo 11:28, 29.) Lo que atrae a las personas es el interés sincero que uno muestre en ellas. A menudo las cosas más sencillas, como comer juntos o ayudar a alguien a hacer un trabajo, contribuyen a una amistad más estrecha.

'Cómo escuchas'

Jesús recomendó: "Presten atención a cómo escuchan". (Lucas 8:18.) Aunque él se refería a la importancia

de prestar atención a los dichos de Dios, el mismo principio aplica a hacer amistades. Uno tiene que ser buen oyente si quiere tener amigos verdaderos.

Generalmente el que nos interesemos de verdad en lo que otros digan resulta en que esas personas se sientan atraídas a nosotros. Pero eso requiere que uno 'vigile con interés personal, no solo sus propios asuntos [quizás por concentrarse en solo lo que uno quisiera decir], sino también, con interés personal, los de los demás'. (Filipenses 2:4.)

Sé leal

Jesús fue leal con sus amigos. "Los amó hasta el fin." (Juan 13:1.) Así es con sus amigos un joven llamado Gordon: "La cualidad principal del amigo es la lealtad. ¿Podrás contar con él cuando te veas en dificultades? Mi amigo me defendía a mí y yo lo defendía a él cuando alguien decía algo contra cualquiera de nosotros. Sí, nos apoyábamos mutuamente, pero solo cuando teníamos razón".

Sin embargo, a los falsos amigos no les importa actuar con hipocresía. Proverbios 18:24 dice: "Existen compañeros dispuestos a hacerse pedazos". ¿'Harías pedazos' la reputación de un amigo hablando mal de él junto con otros que hicieran eso, o mostrarías tu lealtad a él y lo defenderías?

Comparte tus sentimientos

El hecho de que Jesús revelara sus pensamientos y sentimientos más íntimos también le ganó el cariño de sus amigos. En diversas ocasiones mostró que 'se compadecía', 'sentía amor' o estaba 'hondamente contristado'. Y por lo menos en una ocasión "cedió a las lágrimas". Jesús no se avergonzaba de expresar sus sentimientos delante de las personas en quienes confiaba. (Mateo 9:36; 26:38; Marcos 10:21; Juan 11:35.)

Por supuesto, ¡eso no quiere decir que deberías revelar tus sentimientos a cuanta persona veas! Pero puedes ser

sincero con todos. Y al llegar a conocer a alguien y a confiar en esa persona, podrás revelarle gradualmente algunos de tus pensamientos y sentimientos más profundos. Al mismo tiempo, el que aprendas a tener empatía (ponerte en el lugar de la otra persona) y 'sentimientos de compañero' es esencial para forjar amistades íntimas. (1 Pedro 3:8.)

No esperes perfección

Aun cuando te hayas ganado la amistad de alguien, no esperes perfección. "Todos cometemos muchos errores; ahora bien, si alguien no comete ningún error en lo que dice, es un hombre perfecto." (Santiago 3:2, *Versión Popular.)* Además, la amistad tiene su precio: tiempo y sentimientos. "Uno tiene que disponerse a dar", dijo un joven llamado Presley. "Gran parte de la amistad se basa en eso. Uno tiene sus propias opiniones, pero está dispuesto a ceder y tomar en consideración las opiniones y el sentir de su amigo."

Sin embargo, el precio de la amistad es muy bajo cuando se compara con el costo de no ser amado: una vida vacía y solitaria. De modo que hazte amigos. (Compara con Lucas 16:9.) Da de lo que eres. Escucha lo que otros quieren decirte y muestra interés genuino en ellos. Así, como Jesús, puede que de muchas personas puedas decir: "Ustedes son mis amigos". (Juan 15:14.)

Preguntas para consideración — ***Capítulo 8***

- ☐ ***¿Cómo puedes reconocer al amigo verdadero? ¿Cómo son los amigos falsos?***
- ☐ ***¿Dónde puedes buscar amigos? ¿Tienen que ser siempre personas de tu misma edad?***
- ☐ ***¿Qué debes hacer si un amigo tuyo se halla en graves dificultades?***
- ☐ ***Menciona cuatro maneras de hacer amigos.***

¿Cómo hacer frente a la presión de otros jóvenes?

A LA edad de 14 años Karen ya abusaba de las drogas y tenía relaciones sexuales con regularidad. A los 17 años Jim era un alcohólico empedernido y llevaba una vida inmoral. Ambos jóvenes confiesan que en verdad no les gustaba la vida que llevaban ni las cosas que hacían. Entonces, ¿por qué vivían así? *¡Por la presión que ejercían sobre ellos otros jóvenes!*

Karen explica: "Aquello era lo que todos hacían, y me afectó mucho a mí". Jim concuerda: "Si fuera diferente de mis amigos me quedaría solo".

Por qué se imitan unos a otros los jóvenes

Mientras algunos jóvenes están en el desarrollo, la influencia de sus padres en ellos disminuye, y el deseo de ser populares y de que otros jóvenes los acepten aumenta. A otros sencillamente les parece que tienen que hablar con alguien 'que los comprenda' o que haga que se sientan amados o necesitados. Cuando no hay esa clase de comunicación en el hogar, como suele suceder, los jóvenes la buscan entre otros jóvenes. Además, muchas veces los jóvenes ceden a la presión de sus compañeros porque no confían en sí mismos y se sienten inseguros.

La influencia de otros jóvenes en uno no es necesariamente mala. Un proverbio dice: "Con hierro, el hierro mismo se aguza. Así un hombre aguza el rostro de otro". (Proverbios 27:17.) Tal como un cuchillo de hierro puede aguzar o afilar otro cuchillo que esté embotado, así la compañía de otros jóvenes puede 'aguzar' tu personalidad y hacerte mejor persona... si tus compañeros piensan y actúan de manera madura y saludable.

Pero con demasiada frecuencia sucede que los jóvenes carecen lamentablemente de madurez... tanto mental como espiritual. Muchos tienen puntos de vista y opiniones que manifiestan mal juicio, inestabilidad y hasta imprudencia. Por eso, cuando un joven hace todo cuanto le dicen sus compañeros, pudiera ser como el caso del ciego que guía a otro ciego. (Compara con Mateo 15:14.) El resultado puede ser terrible.

"Para una es muy importante que la acepten otros jóvenes [...] No quería ser impopular [...] Temía quedarme aislada", dijo Debbie

Aunque otros jóvenes no te inciten a conducta escandalosa, todavía puede que su influencia sea opresiva. "Para una es muy importante que la acepten otros jóvenes —dijo Debbie—. Cuando yo tenía 18 años no quería ser impopular, porque entonces no podría salir con nadie para pasar un buen rato. Temía quedarme aislada." Por eso, Debbie se esforzaba mucho por tener la aprobación de sus compañeros.

¿Estoy bajo esa influencia?

¿Vistes, hablas o actúas de cierta manera para que otros te acepten? Susie, de 17 años, dice: "Ningún joven puede realmente obligar a uno a hacer lo que no quiera hacer". Eso es verdad, pero puede que la presión de tus compañeros sea tan sutil que no te des cuenta de lo mucho que te afecta. Por ejemplo, considera el caso del apóstol Pedro. Él fue hombre denodado y de convicción firme, y, por eso, una columna del cristianismo. Dios le reveló a Pedro que personas de todas las naciones y razas podían obtener su favor. Así, Pedro ayudó a los primeros creyentes gentiles a hacerse cristianos. (Hechos 10:28.)

Sin embargo, pasó el tiempo y Pedro se encontró en cierta ocasión en Antioquía, una ciudad donde muchos no judíos habían abrazado el cristianismo. Pedro se asociaba libremente con aquellos creyentes gentiles. Cierto día, unos cris-

'¡A *que no te atreves!*'

"¡Anda! *—insistían los compañeros de clase de Lisa—, ¡di a la maestra que tiene mal aliento!" No; no era cuestión de higiene oral. A Lisa la estaban desafiando a hacer algo... ¡y algo bastante arriesgado! Sí, parece que algunos jóvenes derivan un placer malsano de desafiar a otros a hacer cosas que van desde travesuras leves hasta actos suicidas.*

Pero cuando *otros jóvenes te desafían a hacer algo ridículo, poco bondadoso o claramente peligroso, es tiempo de meditar antes de actuar. Un sabio dijo: "Las moscas muertas son lo que hace que el aceite del ungüentario hieda, borbotee. Eso mismo hace un poco de tontedad al que es precioso por sabiduría y gloria". (Eclesiastés 10:1.) En la antigüedad, un ungüento o perfume valioso pudiera ser arruinado por algo tan pequeño como una mosca muerta. Así mismo, solo "un poco de tontedad" pudiera arruinar la buena reputación que uno haya logrado con muchos esfuerzos.*

Las travesuras juveniles *suelen resultar en una baja en las calificaciones, suspensión de la escuela ¡y hasta encarcelamiento! Pero ¿qué hay si crees que nadie te va a descubrir? Pregúntate: ¿Es razonable lo que se me ha pedido que haga? ¿Es amoroso? ¿Violará las normas bíblicas o las que me han enseñado mis padres? Si así es, ¿quiero realmente dejar que controlen mi vida unos jóvenes que solo quieren divertirse? ¿Son verdaderos amigos los que me piden que ponga en peligro vida y reputación? (Proverbios 18:24.)*

Entonces, trata *de razonar con el joven que te desafía. A Terry, un joven de 18 años, le gusta "aguarles la fiesta" a los que lo desafían; lo hace con preguntas como: '¿Por qué debería hacerlo? ¿Qué probaría el que yo hiciera eso?'. También hazles saber que tienes normas claras por las cuales te vas a guiar en la vida. Una muchacha trató de desafiar a un joven a cometer inmoralidad, diciendo: "No sabes lo que te pierdes". El joven le contestó: "Sí, yo sé lo que me pierdo: herpes, gonorrea, sífilis...".*

Sí, *si tienes valor para contrariar a tus compañeros, ¡puedes evitar actos que más tarde lamentarías!*

tianos judíos de Jerusalén que todavía abrigaban prejuicio contra los no judíos llegaron a Antioquía. ¿Cómo se comportaría Pedro ahora en presencia de aquellos compañeros judíos?

Pues bien, Pedro se apartó de los cristianos gentiles; sí, ¡rehusó comer con ellos! ¿Por qué? Parece que temió ofender a sus compañeros judíos. Puede que haya razonado así: 'Me acomodaré un poquito a estos mientras estén aquí, y después que se hayan ido seguiré comiendo con los gentiles. ¿Por qué arruinar la buena relación que tengo con ellos por una insignificancia?'. Así, Pedro estaba cayendo en una simulación... estaba rechazando sus propios principios y haciendo algo en que realmente no creía. (Gálatas 2:11-14.) Es obvio, pues, que nadie es inmune a la presión de sus compañeros.



Los jóvenes tienden a adherirse unos a otros en busca de apoyo

¿Te han presionado alguna vez otros jóvenes para que actúes en oposición a lo que sabes que es correcto?



¿Cómo reaccionaría yo?

Aunque es fácil decir: '¡Yo no le tengo miedo a lo que los demás piensen!', el mantener esa postura cuando uno está bajo la presión del grupo es un asunto muy diferente. Por ejemplo, ¿qué harías tú en las siguientes circunstancias?

Uno de tus compañeros de clase te ofrece un cigarrillo frente a otros jóvenes. Tú sabes que no debes fumar. Pero todos están mirando para ver qué harás...

En la escuela las muchachas conversan sobre el hecho de que tienen relaciones sexuales con sus novios. Una te pregunta: "Tú no sigues siendo virgen, ¿verdad?".

Querías ponerte un vestido como el de las demás muchachas, pero tu mamá dice que está muy corto. Te parece que el vestido que te has puesto por la insistencia de ella te da la apariencia de una niña de seis años. Tus compañeras de clase se burlan de ti. Una te pregunta: "¿Por qué no ahorras el dinero que te dan para comer y te compras algo que puedas usar? No tienes que decírselo a tu mamá. Lo único que tienes que hacer es guardar aquí en la escuela la ropa que quieres usar".

¿Es fácil enfrentarse a situaciones como esas? No; pero si temes contrariar a otros jóvenes, terminarás contrariándote a ti mismo y contrariando tus normas y a tus padres. ¿Cómo puedes fortalecerte para resistir la presión de otros jóvenes?

“Capacidad de pensar”

Robin, una joven de 15 años, empezó a fumar porque todos los demás lo hacían, no porque ella misma lo quisiera. Recuerda: “Después pensé: ‘A mí no me gusta fumar. ¿Por qué lo hago?’. Así que ya no fumo”. Al pensar por sí misma sobre aquel asunto, ¡pudo hacer frente a la presión de sus compañeros!

Apropiadamente, la Biblia insta a los jóvenes a desarrollar “conocimiento y capacidad de pensar”. (Proverbios 1:1-5.) El que está capacitado para pensar no tiene que depender de sus compañeros inexpertos para saber obrar. A la vez, no confía en sí mismo ni pasa por alto la opinión de otras personas. (Proverbios 14:16.) Está dispuesto a ‘escuchar el consejo y aceptar la disciplina’ para ‘hacerse sabio’. (Proverbios 19:20.)

Pero no te sorprendas si otros jóvenes te desprecian o hasta se burlan de ti porque usas tus facultades mentales. Proverbios 14:17 dice: “El hombre [o la mujer] de capacidades de pensar es odiado”. Pero en realidad, ¿quiénes son más fuertes?, ¿los que ceden a sus pasiones y emociones, o los que pueden rechazar los deseos incorrectos? (Compara con Proverbios 16:32.) ¿Adónde van en la vida los que se burlan de ti? ¿Quieres tú que tu vida también termine así? ¿No será que simplemente te tienen envidia y ocultan tras la burla su propia inseguridad?



Sé fuerte: ¡resiste la presión de otros jóvenes!

Escapa del lazo

"El temblar ante los hombres es lo que tiende un lazo", dice Proverbios 29:25. En tiempos bíblicos se usaba un lazo para atrapar rápidamente a cualquier animal que, sin sospechar lo que le esperaba, agarraba la carnada. Hoy día, el deseo de ser aceptado por otros también puede servir de carnada. Puede atraerte hacia la trampa de violar las normas piadosas. Entonces, ¿cómo puedes escapar del lazo del temor al hombre, o evitarlo?

Primero, ¡escoge cuidadosamente tus amigos! (Proverbios 13:20.) Asóciate con los que tienen valores y normas cristianos. Esto, por supuesto, limitará la cantidad de amigos que tengas. Dijo una adolescente: "Cuando me negué a seguir a los demás jóvenes de la escuela en sus ideas sobre las drogas y las relaciones sexuales, en poco tiempo me dejaron sola. Aunque aquello eliminó mucha de la presión que se ejercía en mí para que fuera como ellos, es verdad que sentí alguna soledad". Pero es mejor sufrir alguna soledad que permitir que la influencia de otros jóvenes te arrastre al abismo en sentido espiritual y moral. La compañía de tus familiares y de la congregación cristiana puede ayudar a llenar el vacío de la soledad.

El escuchar a tus padres también te ayuda a resistir la presión de otros jóvenes. (Proverbios 23:22.) Tus padres probablemente se esfuerzan mucho por enseñarte valores apropiados. Cierta joven dijo: "Mis padres eran estrictos conmigo. A veces aquello no me gustaba, pero me alegro de que fueran firmes y limitaran mi asociación con otros". Debido a la ayuda de sus padres, esta joven no cedió a la presión que se ejerció sobre ella para que usara drogas y participara en relaciones sexuales.

Beth Winship, consejera de adolescentes, también dice: "Los adolescentes que son diestros en algún campo de actividad se sienten importantes por derecho propio. No dependen de la aceptación de otros de su edad para tener buen concepto de sí mismos". Por eso, ¿por qué no te esfuerzas por ser diestro y competente en tus actividades escolares y

domésticas? Los jóvenes testigos de Jehová se esfuerzan particularmente por ser 'trabajadores que no tienen de qué avergonzarse, que manejan la palabra de la verdad correctamente' en su ministerio cristiano. (2 Timoteo 2:15.)

Después de advertir acerca del "lazo" de temer al hombre, Proverbios 29:25 dice: "El que confía en Jehová será protegido". Quizás más que cualquier otra cosa, el que tengas una relación con Dios puede fortalecerte para resistir la presión de tus compañeros. Por ejemplo, Debbie (mencionada antes) por algún tiempo se había dejado llevar por otros jóvenes: bebía demasiado y abusaba de las drogas. Pero entonces empezó a estudiar seriamente la Biblia y a confiar en Jehová. ¿Qué resultado tuvo esto? Debbie dice: "Decidí no hacer las mismas cosas que hacía aquel grupito de jóvenes". Dijo a sus ex amigos: "Ustedes pueden seguir su camino, pero yo voy a seguir el mío. Si me quieren como amiga, tienen que respetar las mismas normas que yo respeto. Lo siento, pero la verdad es que no me importa lo que ustedes piensen. Esto es lo que voy a hacer". No todos sus amigos respetaron la nueva fe de Debbie. Pero ella dice: "La verdad fue que me sentí más a gusto conmigo misma después de haber tomado aquella decisión".

¡Tú también estarás 'más a gusto contigo mismo' y evitarás mucho dolor si escapas de la trampa de la presión de otros jóvenes!

Preguntas para consideración — ***Capítulo 9***

- ***¿Por qué tienden a dejarse influir por sus compañeros los jóvenes? ¿Es necesariamente malo esto?***
- ***¿Qué nos enseña la experiencia del apóstol Pedro sobre la presión que pueden ejercer en uno sus compañeros?***
- ***¿Qué situaciones (pudieras incluir las que se te hayan presentado, si alguna) pudieran ponerte a prueba en cuanto a si puedes negarte a hacer ciertas cosas?***
- ***¿Qué puntos pudieras tener presentes si otros te desafiaran a hacer algo?***
- ***¿Qué puede ayudarte a escapar del lazo del temor al hombre?***

Una mirada a tu apariencia



Se dice que la belleza física es superficial. Sin embargo, ¿por qué parece que los jóvenes que son atractivos les llevan ventaja a los demás? Y ¿cómo puede el joven soportar la presión de sus compañeros para que vista y se comporte como ellos?

La información de las páginas siguientes te dará un punto de vista fresco y realista del rostro que ves en el espejo cada mañana.

¿Cuánto importa la apariencia?

¿DICES que no te gusta lo que ves en el espejo? Pues bien, pocos estamos completamente satisfechos con nuestra apariencia, si algunos. A diferencia de Narciso, que se enamoró de su propia imagen reflejada en el agua, a algunos casi nos deprime el mirarnos en el espejo.

'No me gusta mi cuerpo —se lamenta María, de 16 años—. No soy bonita.' Bob, de 13 años, tiene una queja parecida: 'No me gusta mi pelo; me molesta como se levanta aquí detrás'. Para empeorar las cosas, la apariencia del adolescente puede cambiar tan rápidamente que, según un sicólogo, a menudo a los jóvenes "les parece que son extraños en su propio cuerpo". Sí, muchos se preocupan por la cara, el pelo, la figura y el físico en general.

'No me gusta mi cuerpo. No soy bonita'

Por supuesto, Dios mismo aprecia la belleza. Eclesiastés 3:11 dice: "[Dios] todo lo ha hecho bello a su tiempo". Y tu apariencia ciertamente puede influir mucho en cómo te ven y te tratan otras personas. El Dr. James P. Comer añade: "La imagen física es parte de la imagen de la persona. Puede afectar su confianza e influir en lo que haga o no haga en la vida". Por eso, es razonable que tengas un interés sano en tu apariencia. Sin embargo, cuando eres tan consciente de ti mismo que te aíslas de otros o te disgustas contigo mismo, entonces ese interés deja de ser sano.

¿Quién dice que eres de mala apariencia?

Es interesante que no hay siempre verdaderos defectos físicos tras la angustia por la apariencia personal: puede



Lo que te desagrada de tu persona pudiera ser lo que otros envidiaran

que mientras en un lado de la sala de clases haya una joven delgada que desee aumentar de peso, en el otro lado haya una joven rolliza que se lamente de lo "gorda" que es. ¿Por qué tal descontento? ¿Qué hace que jóvenes de cuerpo bien formado no se consideren atractivos?

Richard M. Sarles, profesor de siquiatría, dice: "La adolescencia es un período de transición durante el cual el cuerpo experimenta una gran reorganización. [...] Para enfrentarse a lo embarazoso de un cuerpo nuevo, cambiante, la mayoría de los adolescentes se apoyan en la seguridad que les comunica su grupo de compañeros y amigos". Pero bajo el escrutinio de estos, lo alto, bajo, gordo o delgado de uno —sin mencionar la forma de su nariz o sus orejas— puede hacerse fuente de mucha ansiedad. Y cuando se da más atención a otros que a ti, o se te hace objeto de burla debido a tu apariencia, fácilmente pudieras tender a disgustarte con tu misma persona.

También hay que considerar la mucha influencia de la televisión, los libros y las películas. Hombres y mujeres atractivos nos miran desde la pantalla de la televisión y las páginas de las revistas y nos ofrecen en venta todo, desde perfumes hasta sierras eléctricas. Así, los medios de información quisieran hacerte creer que si no eres una belleza de cutis impecable o un hombre guapo y musculoso, lo

‘¿Qué puedo hacer contra el acné?’

***El acné es una afección** de la piel que consiste en granos, espinillas e hinchazones rojas, o quistes, que manchan la piel y hasta la desfiguran. Para muchos jóvenes es una grave afección cutánea, más bien que solo una molestia pasajera que dure unos cuantos meses. Hace víctimas de personas de toda edad, pero afecta más a los adolescentes. Según algunos expertos, alrededor del 80% de los adolescentes desarrollan acné a diversos grados.*

***No es de extrañar que,** cuando a 2.000 adolescentes se les preguntó qué era lo que más les desagradaba de sí mismos, se quejaran más de los problemas cutáneos que de toda otra molestia. Según la revista Co-Ed, una joven llamada Sandra, que tuvo un caso grave de acné mientras estaba en la escuela secundaria, recordó: “El acné que tenía era tan terrible que yo siempre estaba ocultando el rostro. Me cohibía ante otros debido a mi apariencia. [...] ¡Me veía tan mal!”.*

***¿Por qué se te presenta** durante la adolescencia esta molestia, precisamente cuando quisieras presentar la mejor apariencia? Porque estás creciendo. En la pubertad, la actividad de las glándulas de la piel aumenta.*

***¿Qué sucede?** The World Book Encyclopedia lo explica sencillamente: Cada glándula se vacía en un folículo piloso... o sea, el saquito que rodea a cada pelo. Normalmente el aceite saldría por un poro de la piel, pero a veces el poro se obstruye y el aceite no puede salir con suficiente rapidez. El poro obstruido forma ahora un barrillo negro llamado espinilla cuando el aceite que no puede salir se oxida, pierde humedad y se ennegrece. Se desarrollan granos al formarse pus. Los quistes se forman cuando en el aceite atrapado se reproducen gérmenes. Los quistes dejan cicatrices permanentes. Los granos no dejan cicatrices a menos que se infecten y se los apriete o rasque... por eso, ¡ni te los aprietes ni te los rasques!*

***Un dato interesante es que** la tensión y los trastornos emocionales pueden activar las glándulas de la piel. A algunos jóvenes les sale un grano grande justamente antes de un suceso importante, o antes de un exa-*

men o mientras lo toman. Por eso, estas palabras de Jesús son prácticas: "Nunca se inquieten acerca del día siguiente, porque el día siguiente tendrá sus propias inquietudes". (Mateo 6:34.)

Lamentablemente, no existe un remedio milagroso. Sin embargo, puedes comprar ciertos medicamentos —como gelatinas, cremas, lociones, jabones y mascarillas, que contengan peróxido de benzoílo (un agente antibacteriano)— que son útiles para controlar el acné. (Puedes consultar con el médico de la familia si necesitas tomar medidas más estrictas.) Muchos hallan que les viene bien lavarse el cutis con un jabón o una loción que contenga peróxido de benzoílo. Por otro lado, evita los jabones aceitosos y los cosméticos a base de aceite.

Algunos jóvenes también han descubierto que el cuidar de su salud en general —hacer bastante ejercicio, estar al aire libre tanto como sea posible y dormir lo suficiente— ha aliviado su acné. Y aunque hay quienes no concuerdan en que el llevar una dieta libre de grasas sea provechoso, obviamente tiene sentido evitar los comestibles de poco valor nutritivo y mantener una alimentación equilibrada.

En todo caso, se necesita paciencia. Recuerda: tomó bastante tiempo para que el problema se desarrollara, de modo que no va a desaparecer de la noche a la mañana. Sandra, la joven que mencionamos antes, dice: "Creo que tomó como un año el que se me curara por completo el cutis, pero en unas seis semanas pude notar mejora en la piel". Si tú sigues tu tratamiento por algún tiempo, puede que experimentes alivio.

Mientras tanto, no dejes que un problema de la piel acabe con tu estima propia ni impida que hables con otros. Aunque quizás te avergüences de tu cutis, puede que otros lo noten mucho menos de lo que crees. Por eso, trata de mantener un espíritu optimista y alegre. ¡Y haz cuanto puedas contra el acné ahora mismo!



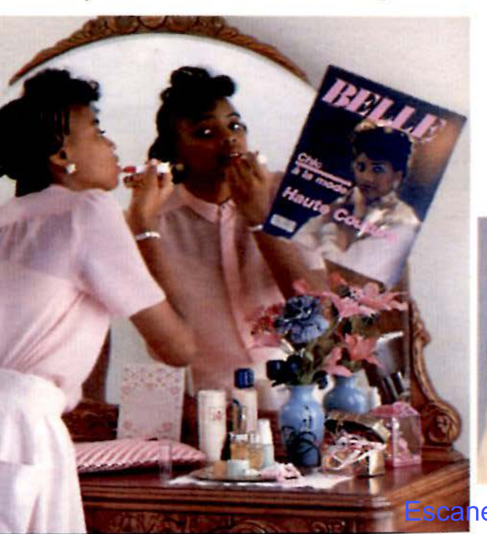
mejor sería que corrieras a esconderte... o que por lo menos no pensaras en hacerte popular ni llegar a ser feliz.

¡'No tomes como modelo a este mundo'!

Pero antes de concluir que eres el patito feo, pregúntate hasta qué grado son reales tus defectos físicos... o si acaso son imaginarios. ¿Es realmente tan poco atractivo ese rasgo facial por el cual te preocupas (o por el cual se burlan de ti)? ¿O es la presión de otros lo que te lleva a pensar así? La Biblia aconseja: "No tomen como modelo a este mundo". (Romanos 12:2, *Levoratti-Trusso.)*

Piensa en esto: ¿quiénes promueven la idea de que necesitas cierta apariencia para ser popular, feliz o tener éxito? ¿No son acaso fabricantes y anunciantes que sacan provecho material de que sigas alguna dieta o compres costosos productos de belleza? ¿Por qué dejar que te hagan pensar como ellos? Y si otros jóvenes critican tu apariencia, ¿lo hacen para ayudarte, o solo para rebajarte? Si es por lo último, ¿quién quiere "amigos" de esa clase?

La Biblia también te aconseja que "inclines tu corazón al discernimiento". (Proverbios 2:2.) El discernimiento te ayuda a considerar con imparcialidad los puntos que te



La juventud tiende a olvidar que no hay modelo de revistas sin el apoyo de algún equipo de peritos en belleza



favorecen en cuanto a tu físico, y a no creer toda la propaganda de los medios de información. Pocos tendrán alguna vez apariencia de supermodelo. Y "la belleza no dura". (Proverbios 31:30, *La Biblia al Día.)* Los que reciben dinero por su atractivo físico pasan muy poco tiempo en la cumbre; pronto los reemplaza un nuevo rostro. Además, con frecuencia el maquillaje, las luces y las técnicas fotográficas hacen maravillas para la apariencia de esas personas. (¡Algunos se han asombrado cuando han visto a ciertas celebridades sin los artificios que usan para realzar su belleza!)

Por eso, no hay razón para que te deprimas porque no te parezcas a un modelo o una modelo de televisión o de las revistas. Y los demás jóvenes no son los jueces finales del tamaño o grosor que debas tener para ser persona atractiva. Si estás conforme con tu apariencia, no hagas caso de lo que digan otros jóvenes. A veces sucede algo que es irónico: la mismísima cosa que te desagrada de tu apariencia pudiera ser lo que otro envidiara de ti.

¡Luce lo mejor que puedas!

A veces los jóvenes tienen verdaderos problemas respecto a su apariencia física: mala condición del cutis, peso excesivo, nariz deformada, orejas prominentes, estatura muy baja. Por supuesto, dado que eres una persona joven en desarrollo, tu apariencia todavía está cambiando. El acné, las subidas o bajadas de peso y un desarrollo rapidísimo (o dolorosamente lento) son causas de aflicción en la adolescencia. Pero el tiempo resuelve muchos de esos problemas.

En otros casos no sucede así. Y muchos jóvenes tienen que enfrentarse a la realidad de que su físico es... pues, poco atractivo. El escritor John Killinger dijo: "Para la mayoría de la gente, el no tener buena apariencia es una de las realidades más dolorosas de la vida, una que notan desde temprano en la vida y que rara vez olvidan después". Sin embargo, ¡hay maneras de lucir lo mejor que puedas!

La cirugía es una manera costosa, y quizás arriesgada,

de corregir imperfecciones físicas*. Sin embargo, la limpieza física cuesta poco y puede realzar mucho tu atractivo. Tu cabello quizás no sea tan lustroso como el de un actor o una actriz de cine, pero puede estar limpio; y lo mismo sucede con la cara, las manos y las uñas. Los dientes blancos y las encías limpias y rosadas harán tu sonrisa más encantadora. ¿Te aflige el sobrepeso? El ponerte a dieta y hacer ejercicios (quizás bajo la supervisión de un médico) puede ayudarte mucho a controlar ese problema.

Con la aprobación de tus padres, también podrías probar ropa y peinados que destaquen tus rasgos atractivos y minimicen tus defectos. Por ejemplo, de acuerdo con la escritora Sharon Faelten, una joven puede restar énfasis a una nariz grande si usa "el cabello abultado o se hace un peinado alto". También las facciones agudas y angulares pueden suavizarse con "el cabello arreglado en ondas o rizado", y el maquillaje apropiado puede atenuar los defectos faciales. Seas varón o mujer, la ropa que escojas también puede contribuir a que luzcas bien. Selecciona colores que den realce a tu cutis y estilos que te favorezcan. Presta atención a las rayas o líneas en la ropa: las rayas verticales dan a otros la impresión de que uno es más delgado; ¡las rayas horizontales logran el efecto contrario!

Tienes puntos que te favorecen por mucho sobre las deficiencias físicas

Sí, con esfuerzo e imaginación puedes lucir bien... aunque no hayas heredado naturalmente belleza física.

Se necesita equilibrio

Aunque el dar atención a tu apariencia tiene importancia, cuídate para no hacer de tu apariencia el factor más importante de la vida. ¿Has notado lo poco que la Biblia habla sobre el aspecto físico de la gente? ¿Por qué no se

* Algunos tratamientos médicos, como los aparatos para enderezar los dientes, pueden beneficiar la salud y la apariencia.

nos dice qué apariencia tenían Abrahán, María o siquiera Jesús? Obviamente porque Dios no consideró importante esa información.

Es interesante el hecho de que en cierta ocasión Dios rechazó para el puesto de rey a un joven llamado Eliab, cuya estatura era impresionante. Jehová Dios le explicó al profeta Samuel: "No mires su apariencia ni lo alto de su estatura [...] Porque no de la manera como el hombre ve es como Dios ve, porque el simple hombre ve lo que aparece a los ojos; pero en cuanto a Jehová, él ve lo que es el corazón". (1 Samuel 16:6, 7.) ¡Qué consolador es saber que para Dios, Aquel cuya opinión es la que cuenta, nuestra apariencia no es lo importante! "Él ve lo que es el corazón."

Otro punto que puedes considerar: ¿No son la mayoría de tus amigos personas de apariencia media? ¿Se escogería a uno de tus padres para la portada de alguna revista de modas? Probablemente no. Pero tú, que estás al tanto de sus excelentes cualidades, ¡rara vez piensas en su apariencia física! Tú también tienes cualidades personales que superan por mucho tus defectos físicos... reales o imaginarios.

Sin embargo, otros jóvenes dan importancia a la apariencia, y puede ser que te presionen para que te amoldes a su modo de vestir y arreglarse. ¿Cómo deberías responder a esa presión?

Preguntas para consideración **_Capítulo 10_**

- ☐ ***¿Por qué se preocupan tanto por su apariencia los jóvenes? ¿Qué piensas tú sobre tu propia apariencia?***
- ☐ ***¿Qué punto de vista sobre la importancia del atractivo físico promueven los medios de información y jóvenes conocidos tuyos? ¿Cómo deberías reaccionar a esa influencia?***
- ☐ ***¿Cómo puedes tratar con el problema del acné?***
- ☐ ***¿Qué puedes hacer para mejorar tu apariencia? ¿Por qué tienes que ser equilibrado en este asunto?***

¿Revela mi verdadera persona la ropa que llevo?

"¡*NO* es demasiado corta! —gritó Peggy a sus padres—. ¡Lo que pasa es que ustedes son anticuados!" Entonces corrió a su habitación... y con aquel alboroto terminó la discusión sobre la falda que ella quería usar. Puede que tú te hayas envuelto en disputas similares cuando uno de tus padres, un maestro o un patrono criticó algún traje que llevabas, uno de tus favoritos. Tú lo considerabas informal; para ellos era desaliñado. Tú lo considerabas a la moda; para ellos era demasiado llamativo o sugestivo.

Hay que reconocerlo: los gustos varían, y tú tienes derecho a tus propias opiniones. Pero ¿significa eso que lo que se haga, sea lo que sea, está bien cuando se trata de cómo vistes?

¿Transmite el mensaje correcto?

"Lo que uno usa —comenta una joven llamada Pam— habla del verdadero yo y de lo que uno piensa de sí mismo." Sí, tu manera de vestir pasa a otros un mensaje acerca de *ti.* La ropa puede decir si uno es concienzudo y estable y si tiene normas elevadas de moralidad. O puede demostrar que uno es rebelde e inconforme. Hasta puede servir como identificación. Para identificarse, algunos jóvenes usan ropa rasgada, estilos "punk" o ropa costosa de marca. Otros se visten con la intención de atraer a personas del sexo opuesto o para lucir mayores de lo que en realidad son.

En vista de eso, es fácil entender por qué es tan importante para los jóvenes la ropa que usan. Sin embargo, John T. Molloy, autor del libro *Dress for Success* (Vístase para tener éxito), advierte: "La ropa que usamos crea pro-

Muchas veces hay choques entre padres e hijos por el vestir. ¿Se debe todo a que los padres sean anticuados?



funda impresión en la gente que nos ve e influye mucho en cómo esas personas nos tratan".

¡No es de extrañar que tus padres se preocupen tanto por cómo vistes! Para ellos es más que únicamente una cuestión de gusto personal. Desean que transmitas el mensaje correcto, uno que te refleje como persona equilibrada y responsable. Pero ¿logra eso tu manera de vestir? A la hora de escoger la ropa que te pones, ¿qué te sirve de guía?

"Complazco a mis amigos"

Para muchos jóvenes, la ropa que usan declara su independencia e individualidad. Como joven, tu personalidad es inestable: cambia y se desarrolla constantemente. Por eso, aunque quieras "decir" algo tocante a ti mismo, puede que no estés muy seguro de lo que debes decir o cómo decirlo. Como resultado, algunos jóvenes se visten extravagantemente, escandalosamente. Sin embargo, en vez de establecer su 'individualidad', lo que hacen es mostrar a las claras su inmadurez... sin mencionar que también ponen a sus padres en una situación embarazosa.

Otros jóvenes sencillamente imitan a sus compañeros; parece que esto les da un sentido de seguridad y los identifica con el grupo. Por supuesto, no es necesariamente incorrecto el querer estar en armonía con la gente. (Compara con 1 Corintios 9:22.) Pero ¿sería correcto que un cristiano deseara identificarse con jóvenes no creyentes? ¿Es sabio procurar la aprobación de tus compañeros de escuela u otros cueste lo que cueste? Una jovencita confesó: "Complazco a mis amigos para que no me critiquen". Pero ¿cómo

considerarías a alguien que siempre estuviera a las órdenes de otra persona y se sometiera a sus caprichos? La Biblia contesta eso diciendo: "¿No saben que si siguen presentándose a alguien [...] para obedecerle son *esclavos* de él porque le obedecen?". (Romanos 6:16.)

Entre los jóvenes "el énfasis sobre amoldarse puede ser tan intenso que los miembros del grupo casi parecen prisioneros de las normas de este, y acuden a ellos [a los otros miembros] por consejo en cuanto a cómo vestir, cómo hablar, qué hacer y hasta qué pensar y creer" *(Adolescence: Transition From Childhood to Maturity* [La adolescencia, transición de niñez a madurez]).

Pero ¿cuán capacitados están tus amigos para darte tal consejo? (Compara con Mateo 15:14.) ¿No están padeciendo ellos las mismas angustias emocionales que tú mientras se desarrollan? Entonces, ¿es sabio que tú, dócilmente, dejes que ellos te fijen las normas que debes seguir, hasta cuando sean contrarias a tu propio sentido común o a los valores y deseos de tus padres?

"De moda" hoy, "anticuado" mañana

Otros jóvenes se dejan guiar por los vientos de la moda. Pero ¡qué caprichosos son esos vientos! Nos vienen a la mente estas palabras de la Biblia: "La escena de este mundo está cambiando". (1 Corintios 7:31.) Así, con rapidez asombrosa (sin mencionar costos), lo que hoy está "de moda" es cosa vieja mañana. El largo de las faldas varía, los pantalones se hacen estrechos o se ensanchan, todo para beneficio de los fabricantes y diseñadores de ropa, que sa-



Muchos jóvenes tratan de demostrar su individualidad vistiendo ropa extravagante

Viste como lo requieran las circunstancias. ¡La ropa transmite un mensaje sobre tu persona!

can muchísimas ganancias de un público al que manipulan con facilidad.

Por ejemplo, considera la moda de los pantalones vaqueros de marca. De repente esos pantalones se convirtieron en moda elegante. La gente pagaba precios exorbitantes por convertirse en carteleras ambulantes que anunciaran nombres como Calvin Klein y Gloria Vanderbilt. "La gente quiere un nombre", explica Eli Kaplan, presidente de la compañía que fabrica los pantalones vaqueros "Sergio Valente". Sin embargo, ¿quién es este Sr. Valente, cuyo prestigioso nombre está bordado de modo tan visible en los bolsillos de esos pantalones? "No existe", informa la revista *Newsweek*. Y, como explicación, Kaplan mismo preguntó: "¿Quién compraría pantalones vaqueros con el nombre de Eli Kaplan?".

'Pero ¿es malo estar a la moda?', quizás preguntes. No necesariamente. Los siervos de Dios de tiempos bíblicos se vestían según los gustos locales. Por ejemplo, la Biblia dice que Tamar vestía un traje talar rayado, "porque así solían vestir las hijas del rey, las vírgenes" en aquellos días. (2 Samuel 13:18.)

Pero ¿debería uno hacerse esclavo de las modas? Cierta joven se lamentó









así: "Veo en la tienda unos pantalones de marca que todo el mundo usa, y digo: 'Mamá, cómprame esos pantalones', pero ella contesta: 'No; yo te los puedo hacer en casa'. Entonces le digo: 'No entiendes, mamá. Yo quiero *esos* pantalones'". Pero ¿no te despoja en verdad de tu individualidad y oculta tu verdadero yo el que te conviertas en juguete de los diseñadores de ropa? ¿Por qué deberían controlarte la propaganda, los lemas publicitarios y el nombre de algún diseñador?

"Lo que uno usa habla del verdadero yo y de lo que uno piensa de sí mismo"

En Romanos 12:2 la Biblia nos dice: "Cesen de amoldarse a este sistema de cosas; más bien, transfórmense rehaciendo su mente, para que prueben para ustedes mismos lo que es la buena y la acepta y la perfecta voluntad de Dios". ¿Cuál es la 'voluntad acepta de Dios' con relación a la ropa que vistes?

'Modesto y bien arreglado'

Primera a Timoteo 2:9 dice a las cristianas que "se adornen en vestido bien arreglado, con modestia y buen juicio". Por supuesto, el "vestido bien arreglado" debe ser limpio y nítido. La "modestia" toma en cuenta las circunstancias. Un traje de buen corte sería apropiado para cierto trabajo, ¡pero estaría fuera de lugar en la playa! A la inversa, un traje de baño se consideraría inapropiado para una oficina.

Por lo tanto, los jóvenes testigos de Jehová deben asegurarse de no usar ropa demasiado informal al asistir a las reuniones cristianas o al salir a predicar a otros; más bien, deben vestir de forma que los identifique como ministros jóvenes de Dios. Recuerda las palabras de Pablo en 2 Corintios 6:3, 4: "De ninguna manera estamos dando causa alguna para tropiezo, para que no se encuentre falta en nuestro ministerio; antes bien, de toda manera nos recomendamos como ministros de Dios".

La modestia también toma en consideración los senti-

mientos de otros. Como explica el apóstol Pablo, al actuar el cristiano no solo debe considerar su propia conciencia, "sino la de la otra persona". (1 Corintios 10:29.) ¿No deberías preocuparte también por la conciencia de tus padres?

Los beneficios de vestir apropiadamente

La Biblia nos cuenta de una ocasión en que la reina Ester tuvo que presentarse ante su esposo, el rey. Sin embargo, ¡el presentarse así ante el rey sin que él lo hubiera solicitado podía ser castigado con pena de muerte! No hay duda de que Ester oró fervorosamente a Dios por ayuda. Pero también prestó atención a su apariencia, pues se 'vistió regiamente', ¡de manera apropiada para la ocasión! Y "en cuanto el rey vio a Ester la reina de pie en el patio, ella se granjeó favor a los ojos de él". (Ester 5:1, 2.)

El que vistas de manera atractiva, pero modesta, pudiera causar buena impresión en una entrevista para conseguir empleo. Vicki L. Baum, directora de un Centro de Desarrollo Profesional, hizo la siguiente observación: "Algunas mujeres confunden la situación cuando van a una entrevista. Creen que es como cuando se sale en una cita, y se visten seductoramente". ¿Con qué resultado? "Eso le resta a la persona carácter de profesional." Ella recomienda evitar la ropa "ajustada o sugestiva".

También los jóvenes varones que buscan empleo deben esforzarse por vestir de modo que manifiesten buen arreglo. John T. Molloy señala que los hombres de negocio "van bien peinados y con los zapatos lustrados. Y esperan lo mismo de otros hombres".

Pero la falta de modestia en el vestir puede perjudicar tu relación con otros. La revista *Psychology Today* menciona una encuesta entre adolescentes que reveló que, entre los varones, el que una mujer usara "blusa escotada, pantalones cortos, pantalones vaqueros ajustados, o no llevara sostén" se interpretaría como provocación sexual. Cierto joven confesó: "A mí personalmente se me hace difícil mantener el pensamiento puro cuando veo cómo se visten las mucha-

chas". El que vistas con modestia permite que otros te aprecien por *lo que genuinamente* eres. Si dudas que alguna prenda sea modesta, pide a tus padres su opinión.

Adorno para "el hombre interior"

El apóstol Pedro aconsejó a las cristianas que su adorno fuera el de "la persona secreta del corazón en la vestidura incorruptible del espíritu quieto y apacible, que es de gran valor a los ojos de Dios"... sí, ¡y a los ojos de otras personas! (1 Pedro 3:4.) El que vistas a la moda puede deslumbrar a otros jóvenes. Pero la ropa no te gana el afecto de la gente ni te consigue amigos verdaderos. Eso se logra adornando al "hombre interior"... trabajando por mejorar la persona que eres por dentro. (2 Corintios 4:16, *Biblia de Jerusalén.)* El que posea belleza interior siempre será atractivo a otros, aunque no lleve ropa de última moda ni trajes de marca.

¡Quién sabe cuál será la próxima moda que lleve corriendo a los jóvenes a las tiendas! Tú, sin embargo, dominas tu propio pensamiento. Adhiérete a normas de vestir elevadas. Evita las manías de la última moda y la ropa que enfatice lo sexual. Sigue el rumbo conservador: no ser el primero, ni necesariamente el último, en seguir la moda. Busca ropa de calidad que sea duradera y que no pase de moda rápidamente. Asegúrate de que tu manera de vestir transmita el mensaje correcto y no despliegue cierta imagen creada por la publicidad ni inventada por otros jóvenes, ¡sino *tu verdadero yo!*

Preguntas para consideración — ***Capítulo 11***

- ☐ ***¿En qué sentido da un mensaje la ropa que usas?***
- ☐ ***¿Por qué tienden algunos jóvenes a vestirse de manera extravagante?***
- ☐ ***¿Cuánta influencia ejercen en ti otros jóvenes cuando escoges tu ropa?***
- ☐ ***¿Qué desventajas tiene el que uno siempre trate de estar a la moda?***
- ☐ ***¿Qué determina si el seguir cierta moda es vestir 'modesto y bien arreglado'?***

¿Por qué me siento así?

Solo, deprimido, triste y desanimado... ¿te sientes así la mayor parte del tiempo? ¡Por supuesto que no! Como la mayoría de los jóvenes, probablemente estás bastante contento contigo mismo. Sin embargo, todo el mundo se ve a veces asaltado por sentimientos desalentadores. Lee y descubre cómo puedes comprenderte mejor a ti mismo y enfrentarte a esos sentimientos.



¿Por qué no estoy contento conmigo mismo?

"YO NO veo nada especial en mí", se lamentó Louise. ¿Te disgustas tú también contigo mismo a veces?

La verdad es que todo el mundo necesita alguna medida de amor propio. Se le ha llamado "el ingrediente que da dignidad a la existencia humana". Además, la Biblia dice: "Tienes que amar a tu prójimo *como a ti mismo*". (Mateo 19:19.) Y si no te sientes a gusto contigo mismo, puede que te desagraden otras personas también.

'¡Nada de lo que hago me sale bien!'

¿Qué razón pudiera haber para que te veas a ti mismo de modo tan pesimista? En primer lugar, puede que tus limitaciones te frustren. Estás creciendo, y a menudo los jóvenes pasan por un período de torpeza en que a diario pasan la vergüenza de dejar caer las cosas o tropezar con ellas. Además, simplemente no tienes la experiencia que ayuda al adulto a recuperarse de las desilusiones. Y porque no tienes tus "facultades perceptivas" lo suficientemente entrenadas "mediante el uso", puede que no siempre tomes las decisiones más sabias. (Hebreos 5:14.) ¡A veces pudiera parecerte que nada de lo que haces te sale bien!

Al amor propio se le ha llamado "el ingrediente que da dignidad a la existencia humana"

El no estar uno a la altura de lo que esperan sus padres también puede llevar a uno a desestimarse a sí mismo. "Si en la escuela obtengo calificación de '90' —dice un joven—, mis padres quieren saber por qué no obtuve '100', y me llaman un fracaso." Por



¿Te sientes rechazado, inferior? Hay solución

supuesto, es instintivo en los padres el instar a sus hijos a hacer lo mejor posible. Y cuando uno no está a la altura de lo que otros razonablemente esperan, puede estar seguro de que se lo harán saber. El consejo bíblico es: "Escucha, hijo mío [o hija mía], la disciplina de tu padre, y no abandones la ley de tu madre". (Proverbios 1:8, 9.) En vez de desanimarte, acepta con serenidad la crítica y aprende de ella.

Pero ¿qué hay si los padres hacen comparaciones injustas? ("¿Por qué no puedes ser como Pablo, tu hermano mayor? Él siempre fue un estudiante sobresaliente.") Por hirientes que parezcan al momento comparaciones como esa, por lo general tienen alguna validez. Tus padres solo desean lo mejor para ti. Si crees que son demasiado duros contigo, ¿por qué no consideras calmadamente el asunto con ellos?

Cultivo del amor propio

¿Cómo puedes reforzarte en tu propia estima? Primero, examina honradamente los factores personales que te favorecen y los que no. Verás que muchos de los llamados factores no favorables son bastante insignificantes. ¿Qué hay de los defectos graves, como el tener mal genio o ser egoísta? Esfuérzate a conciencia por vencer estas debilidades, y así desarrollarás amor propio, estima propia.

¡Tampoco te ciegues al hecho de que cuentas con factores a tu favor! Quizás no creas que sea tan importante saber

cocinar o cambiar un neumático. ¡Pero la persona que tenga hambre, o un automovilista en dificultades, te elogiará porque puedes hacer esas cosas! Considera, además, tus virtudes. ¿Eres estudioso? ¿Paciente? ¿Compasivo? ¿Generoso? ¿Bondadoso? Estas cualidades superan por mucho defectos insignificantes.

También pudiera serte útil considerar esta breve lista:

Fíjate metas realistas: Si siempre anhelas lo inalcanzable, vas a sufrir amarga desilusión. Fíjate metas que puedas alcanzar. ¿Qué hay de adquirir algún conocimiento práctico como el de mecanografiar? Aprende a tocar un instrumento musical o a hablar otro idioma. Mejora tu manera de leer o extiende el campo de tu lectura. El amor propio es consecuencia provechosa del logro.

Haz bien tu trabajo: Si haces trabajo de mala calidad, no te vas a sentir muy satisfecho de ti mismo. Dios se deleitó en sus obras creativas y declaró 'buenos' sus períodos de creación al concluirlos. (Génesis 1:3-31.) Tú también puedes deleitarte en cualquier trabajo que hagas en tu casa o en la escuela si lo haces hábil y concienzudamente. (Ve Proverbios 22:29.)

Haz cosas para otras personas: No vas a cultivar dignidad sentándote a esperar que otros te traten a cuerpo de rey. Jesús dijo que "el que quiera llegar a ser grande [...] tiene que ser ministro", o siervo, de otros. (Marcos 10:43-45.)

Por ejemplo, Kim, de 17 años de edad, dedicaba 60 horas cada mes del verano a enseñar verdades bíblicas a otras personas. Dice: "Esto me ha acercado más a Jehová. También me ha ayudado a amar de verdad a la gente". ¡No parece probable que esta joven feliz vaya a carecer de estima propia!

Escoge bien a tus amigos: "No estoy contenta conmigo misma —dijo Barbara, de 17 años—. Cuando estoy entre gente que confía en mí, todo lo hago bien. Entre los que me

tratan como si fuera una pieza de una máquina, me convierto en una tonta".

Es verdad que los arrogantes o los que insultan a otros pueden hacer que te desestimes. Por eso, escoge amigos que de veras se interesen en tu bienestar, amistades que te edifiquen. (Proverbios 13:20.)

Haz de Dios tu más íntimo amigo: "Jehová es mi peñasco y mi plaza fuerte", dijo el salmista David. (Salmo 18:2.) David no cifró su confianza en sus propias habilidades, sino en su íntima amistad con Jehová. Por eso, después, cuando le sobrevinieron calamidades, pudo aguantar crítica severa sin perder la calma. (2 Samuel 16:7, 10.) ¡Tú, también, puedes 'acercarte a Dios' y así 'jactarte', no en ti mismo, sino en Jehová! (Santiago 2:21-23; 4:8; 1 Corintios 1:31.)

Callejones sin salida

Cierto escritor dijo: "A veces el adolescente que no se conoce bien a sí mismo y que se tiene en poca estima trata de crearse una fachada con la cual enfrentarse al mundo". Los papeles que se crean algunos son conocidos: El peleón, el libertino, el fanático de la música "punk", que viste de modo extravagante. Pero tras esa fachada esos jóvenes todavía luchan con sentimientos de inferioridad. (Proverbios 14:13.)

Por ejemplo, considera el caso de los que practican el amor libre o la promiscuidad sexual "para disipar



El hacer alardes o jactarse no es la solución a la poca estima propia



¿Te parece a veces que nada de lo que haces te sale bien?

sentimientos de depresión, aumentar el amor propio [imaginándose que alguien los quiere], conseguir intimidad y, con la preñez, ganar el amor y la aceptación incondicional de otro ser humano... un bebé" *(Coping With Teenage Depression* [Cómo tratar con la depresión en la adolescencia]). Una joven desencantada escribió: "Traté de hallar consuelo en las relaciones sexuales en vez de edificar una sólida relación con el Creador. Todo lo que conseguí fue un vacío, soledad y mayor depresión". Por lo tanto, ten cuidado con esos callejones sin salida.

Unas palabras de advertencia

¡Nota que muchas veces las Escrituras advierten contra el pensar *demasiado* de uno mismo! ¿A qué se debe esto? Parece que la mayoría de nosotros, en nuestros esfuerzos por adquirir confianza en nosotros mismos, tendemos a pasarnos de la raya. Muchos se hacen egotistas y exageran muchísimo sus conocimientos prácticos y aptitudes. Algunos se elevan sobre otros mediante humillarlos.

En el primer siglo de nuestra era común había rivalidad intensa entre los judíos y los gentiles (no judíos) de la congregación cristiana de Roma. Por eso, el apóstol Pablo les recordó a los gentiles que solo mediante "la bondad" de Dios se les había 'injertado' en un puesto de favor ante Dios.

(Romanos 11:17-36.) También los judíos que se creían muy justos tenían que encararse a sus propias imperfecciones. "Porque todos han pecado y no alcanzan a la gloria de Dios", dijo Pablo. (Romanos 3:23.)

Pablo no los despojó de su estima propia, sino que les dijo: "Pues por la bondad inmerecida que se me ha dado digo a cada uno [...] que no piense más de sí mismo de lo que sea necesario pensar". (Romanos 12:3.) Así que aunque sea "necesario" tener cierta medida de amor propio, uno debe evitar los extremos en este asunto.

Como menciona el Dr. Allan Fromme: "La persona que se tiene a sí misma en buen concepto no se siente triste, pero tampoco tiene que estar en un estado de felicidad delirante. [...] No es pesimista, aunque su optimismo no es desenfrenado. No es ni temeraria ni está libre de temores específicos [...] Se da cuenta de que no siempre tiene éxito sobresaliente, y que no es un fracaso perenne [continuo]".

Por lo tanto, sé modesto. "Dios se opone a los altivos, pero da bondad inmerecida a los humildes." (Santiago 4:6.) Reconoce los factores que te favorecen, pero no pases por alto tus faltas. Más bien, esfuérzate por corregirlas. Todavía dudarás de ti mismo de vez en cuando. Pero no debes dudar nunca de tu propia valía ni de que Dios se interesa en ti. Porque "si alguien ama a Dios, este es conocido por él". (1 Corintios 8:3.)

Preguntas para consideración — ***Capítulo 12***

- ☐ ***¿Por qué no piensan bien de sí mismos algunos jóvenes? ¿Comprendes por qué se sienten así?***
- ☐ ***¿Cómo pudieras cumplir con lo que tus padres te piden?***
- ☐ ***¿De qué maneras puedes edificarte en tu amor propio?***
- ☐ ***¿Qué callejones sin salida debes evitar si quieres aprender a estimarte a ti mismo?***
- ☐ ***¿Por qué no debes tener una opinión exagerada de tu valía?***

¿Por qué me deprimo tanto?

Melanie siempre se había conformado al ideal de su madre de lo que era una niña perfecta... hasta que cumplió 17 años. Entonces, dejó de participar en las actividades escolares, cesó de aceptar invitaciones a fiestas y, al parecer, ni siquiera le preocupó que sus calificaciones bajaran de sobresaliente a solo normal. Cuando, con cariño, sus padres le preguntaron qué le pasaba, se alejó enfurecida, gritando: "¡Déjenme en paz! No me pasa nada".

Mark, a los 14 años, era impulsivo y dado a la agresión, de temperamento explosivo. En la escuela era inquieto y desordenado. Cuando se sentía frustrado o se enojaba, montaba en su motocicleta y se iba al desierto, o se lanzaba en su tabla de patinar por colinas empinadas.

MELANIE y Mark padecían de variedades del mismo mal... la depresión. El Dr. Donald McKnew, del Instituto Nacional [estadounidense] de Salud Mental, dice que posiblemente del 10 al 15% de los niños de edad escolar sufren síntomas de depresión. Menos niños sufren ataques severos.

A veces el mal se debe a algún trastorno biológico. Ciertas infecciones o trastornos del sistema glandular, cambios hormonales en el ciclo menstrual, hipoglicemia, algunas medicinas, exposición a ciertos metales o productos químicos, alergias, una dieta desequilibrada, anemia... todos estos factores pueden causar depresión.

Las presiones que llevan a la depresión

Los años de la adolescencia son en sí mismos fuente de depresión emocional. Por no tener la experiencia de un adulto para enfrentarse a los problemas de la vida, el joven



pudiera creer que nadie se interesa en él, y deprimirse mucho por asuntos de poca importancia.

El no poder estar a la altura de lo que los padres, los maestros o los amigos esperan de uno es otra causa de tristeza deprimente. Por ejemplo, a Donald le parecía que para complacer a sus padres —personas muy educadas—, tenía que sobresalir en la escuela. Al no lograrlo, se deprimió, y empezó a pensar en suicidarse. Se lamentó así: "Nunca he podido hacer nada bien. Siempre he quedado mal con todo el mundo".

El ver que uno ha fallado en algo puede provocar depresión, como se evidencia por el caso de un hombre llamado Epafrodito. En el siglo primero, este fiel cristiano fue enviado en una misión especial de ayudar al apóstol Pablo, quien estaba en prisión. Pero al llegar a donde estaba Pablo, Epafrodito enfermó... ¡y Pablo tuvo que cuidar de él! Puedes imaginarte, pues, por qué a Epafrodito pudo haberle parecido que había fracasado, y por qué se sentiría "abatido". Parece que no tomó en cuenta todo el bien que había hecho antes de enfermar. (Filipenses 2:25-30.)

Un sentimiento de pérdida

En su libro *Too Young to Die—Youth and Suicide* (Demasiado joven para morir... la juventud y el suicidio), Francine Klagsbrun escribió: "Muchos casos de depresión debida a factores emocionales tienen como raíz un sentimiento profundo de pérdida: de haber perdido a alguien o algo que se amaba profundamente". Como se ve, la pérdida de uno de los padres por muerte o por divorcio, la

pérdida del empleo, o de una carrera, o hasta de la salud física, pudiera ser raíz de una depresión.

Sin embargo, para el joven una pérdida aún mayor es la pérdida del amor, el creerse indeseado y pensar que nadie se interesa en él. "Cuando mi madre nos dejó, me sentí traicionada y sola", reveló una joven llamada Marie. "Me parecía que de repente todo estaba al revés en la vida."

Imagínate, entonces, la confusión y el dolor de algunos jóvenes que se enfrentan a problemas familiares como el divorcio, el alcoholismo, el incesto, el maltrato de esposas o de hijos o simplemente el rechazamiento por padres que están demasiado preocupados con sus propios problemas. ¡Cuánta verdad encierra el proverbio bíblico que dice: "¿Te has mostrado desanimado en el día de la angustia? Tu poder [y también tu capacidad para resistir la depresión] será escaso"! (Proverbios 24:10.) Puede que, sin razón para ello, un joven hasta se culpe a sí mismo por los problemas de su familia.

La depresión grave es la razón más común del suicidio entre los adolescentes

Cómo reconocer los síntomas

Hay diferentes grados de depresión. Pudiera ser que algún suceso desconcertante abatiera temporalmente a un joven. Pero por lo general esos sentimientos no duran mucho.

Sin embargo, si el estado de depresión persiste y en general el joven tiene una actitud de desaliento junto con sentimientos de inutilidad, ansiedad y cólera, esto puede convertirse en lo que los médicos llaman depresión crónica menor, o de grado inferior. Como lo muestran las experiencias de Mark y Melanie (mencionados al principio), los síntomas pueden variar considerablemente. Un joven pudiera sufrir ataques de ansiedad. Otro pudiera estar siempre cansado, sin apetito, sin poder conciliar fácilmente el sueño, y pudiera perder peso o sufrir una serie de accidentes.

¿Será depresión grave?

Cualquier *persona puede tener temporalmente uno o más de los siguientes* ***síntomas*** *sin que su problema sea grave. Pero* ***si varios de estos*** *síntomas persisten, o si* ***alguno de ellos es tan*** *intenso que interfiere con tus actividades normales, puede ser que sufras de 1) un mal físico, y tengas que someterte a un reconocimiento médico, o de 2) un trastorno mental... la depresión grave.*

Nada te agrada. *No te complaces en actividades de que antes disfrutabas. Te sientes como si en realidad no existieras, como si estuvieras en una neblina y actuando mecánicamente.*

Completa inutilidad. *Te parece que tu vida no es contribución importante a nada y que eres totalmente inútil. Puede que sientas mucha culpa.*

Cambio drástico de humor. *Si en un tiempo eras sociable, ahora eres retraído, o viceversa. Puede que llores a menudo.*

No te parece que haya remedio. *Opinas que todo anda mal, que no puedes hacer nada al respecto y que las condiciones nunca mejorarán.*

Quisieras estar muerto. *La angustia es tan grande que a menudo piensas que sería mejor estar muerto.*

No te puedes concentrar. *Piensas constantemente en los mismos asuntos, o lees sin comprender.*

Cambios en tus hábitos de comer o evacuar. *Pierdes el apetito o comes en demasía. Padeces intermitentemente de estreñimiento o diarrea.*

Cambios en tus hábitos de dormir. *Duermes poco, o excesivamente. A menudo puede que tengas pesadillas.*

Dolores y punzadas. *Sufres dolores de cabeza, calambres y dolores del abdomen y el pecho. Quizás te sientas cansado constantemente sin que haya razón para ello.*



El no vivir a la altura de lo que los padres quieren puede deprimir a un joven

Algunos jóvenes tratan de ahogar la depresión en placeres: fiestas constantes, promiscuidad sexual, vandalismo, borracheras, y así por el estilo. Un muchacho de 14 años confesó: "Realmente no sé por qué tengo que estar saliendo siempre. Solo sé que si estoy a solas me doy cuenta de lo mal que me siento". Es tal como dice la Biblia: "Aun en la risa el corazón puede estar con dolor". (Proverbios 14:13.)

Cuando es más que simple aflicción

Si la depresión crónica menor no se trata a tiempo, puede empeorar y convertirse en un problema de grandes proporciones... la depresión grave. (Ve la página 107.) "Siempre me parecía que estaba 'muerta' por dentro —explicó Marie, una víctima de depresión grave—. Sencillamente existía, pero nada me importaba. Vivía en constante temor." Cuando se padece de depresión grave, la aflicción es constante y puede durar meses. Por lo tanto, ese tipo de depresión es el factor más común en el suicidio de adolescentes; en muchos países hoy día se considera una "epidemia oculta".

La emoción más persistente —y la más mortífera— con relación a la depresión grave es una profunda convicción de que todo cuanto se haga resultará inútil. El profesor John E. Mack escribió acerca de una joven de 14 años llamada Vivienne, que padecía de depresión grave. Según

las apariencias era una perfecta señorita, cuyos padres se interesaban mucho en ella. Sin embargo, en su desesperación, ¡se ahorcó! El profesor Mack escribió: "El que Vivienne no pudiera ver posible mejoría en su situación, que no tuviera esperanza alguna de librarse de su dolor, fue un factor importante en su decisión de suicidarse".

A los que sufren de depresión grave les parece que nunca mejorarán, que no hay un mañana. Según los expertos, es ese sentido de futilidad lo que a menudo resulta en comportamiento suicida.

Sin embargo, el suicidio no es la respuesta. Marie, cuya vida se había convertido en una pesadilla, confesó: "Claro que pensé en suicidarme. Pero me di cuenta de que habría esperanza mientras no me quitara la vida". El suicidio no resuelve nada. Desgraciadamente, en su desesperación muchos jóvenes no pueden siquiera imaginarse que su problema tenga solución, o que exista la posibilidad de que todo salga bien. En el caso de Marie, ella trató de escapar de su problema mediante inyectarse heroína. Dijo: "Me sentía muy confiada... hasta que se disipaba el efecto de la droga".

Cómo hacer frente a la depresión leve

El Dr. Nathan S. Kline, especialista neoyorquino en depresión, dijo: "Algunos se deprimen debido al hambre.

El hablar con otros y desahogarte es una de las mejores maneras de hacer frente a la depresión





El rendir servicio a otros es otra manera de vencer la aflicción

Puede que la persona no haya desayunado y por alguna razón no haya podido almorzar. Entonces, a eso de las tres de la tarde empieza a preguntarse por qué no se siente bien".

Lo que uno coma también puede tener su efecto. Debbie, una joven atormentada por sentimientos de desesperanza, reconoció lo siguiente: "No sabía que los alimentos poco nutritivos tuvieran tan mal efecto en mi disposición. Los comía mucho. Ahora noto que cuando como menos dulces me siento mejor". He aquí otros datos útiles: el que hagas algún tipo de ejercicio pudiera levantarte el ánimo. En algunos casos pudiera ser conveniente un examen médico, pues la depresión pudiera ser un síntoma de algún mal físico.

Cómo vencer en la lucha mental

A menudo la depresión es resultado de la poca estima en que uno se tenga a sí mismo, o pudiera empeorarse debido a esa actitud. "El que se ha enfrentado con el menosprecio de muchos —se lamentó Evelyn, de 18 años—, llega a creer que no vale nada."

Pero considera esto: ¿Les toca a otros decidir lo que tú vales como persona? Ciertas personas se burlaron del apóstol cristiano Pablo. Algunos decían que él era débil de carácter y que no era buen orador. ¿Hizo esto que Pablo se viera a sí mismo como de ningún valor? ¡De ninguna mane-

ra! Pablo sabía que lo importante era amoldarse a las normas de Dios. Podía jactarse de lo que había logrado con la ayuda de Dios... sin importar lo que otros dijeran de él. Si tú también te recuerdas a ti mismo que tienes la aprobación de Dios, a menudo la aflicción se disipará. (2 Corintios 10:7, 10, 17, 18.)

¿Qué hay si te sientes deprimido por alguna debilidad o algún pecado cometido? Dios dijo a Israel: "Aunque los pecados de ustedes resulten ser como escarlata, se les hará blancos justamente como la nieve". (Isaías 1:18.) Nunca olvides que nuestro Padre celestial es compasivo y paciente. (Salmo 103:8-14.) Pero ¿te esfuerzas tú por resolver la situación? Si te quieres deshacer de tus sentimientos de culpa tienes que poner de tu parte. Como dice el proverbio: "Al que las confiesa y las deja [sus transgresiones] se le mostrará misericordia". (Proverbios 28:13.)

Otra manera de vencer el abatimiento es poniéndote metas que puedas alcanzar. No tienes que ser el estudiante más sobresaliente de la clase para sentir que has alcanzado éxito. (Eclesiastés 7:16-18.) Reconoce que las desilusiones son parte de la vida. Cuando te vengan, en vez de pensar: 'Nadie se interesa en lo que me pasa, ni se interesará jamás', piensa: 'Ya se me pasará'. Además, no hay nada malo en desahogarse llorando.

El valor del logro

Daphne, quien ha vencido ataques de desánimo, aconseja: "La desesperación no se va por sí sola. Hay que pensar en otras cosas o envolverse en alguna actividad física. Hay que empezar a hacer algo". Considera el caso de Linda, quien hacía todo lo posible por contrarrestar la tristeza; ella dijo: "Me distraigo con la costura. Empiezo a coser y sigo cosiendo hasta que olvido la perturbación. Mantenerme ocupada es una verdadera ayuda". El ocuparte en cosas que sabes hacer bien puede alimentar tu amor propio, que por lo general está en su punto más bajo durante una depresión.

También es provechoso que participes en las actividades que más placer te causan. Ve de compras y consíguete algo especial, participa en juegos, prepara tu plato favorito, curiosea en una librería, ve a comer a un restaurante, lee o trata de resolver un crucigrama, como los que aparecen en la revista *¡Despertad!*

Debbie descubrió que podía hacer frente a la depresión si planeaba viajes cortos o se ponía metas que podía alcanzar fácilmente. Sin embargo, una de las cosas que más le benefició fue ayudar a otras personas. "Conocí a una joven que estaba muy deprimida, y empecé a ayudarla mediante un estudio de la Biblia —dijo Debbie—. Lo que consideraba con ella semanalmente me permitió mostrarle cómo vencer su depresión. La Biblia le dio verdadera esperanza. Esto también me ayudó a mí." Es precisamente como dijo Jesús: "Hay más felicidad en dar que en recibir". (Hechos 20:35.)

La amistad íntima con Dios te puede ayudar a hacer frente a la depresión grave

Considera el asunto con alguien

"La solicitud ansiosa en el corazón de un hombre es lo que lo agobia, pero la buena palabra es lo que lo regocija." (Proverbios 12:25.) La "buena palabra" de una persona comprensiva puede tener buen efecto. Ningún humano puede leer tu corazón, así que desahógate con alguien en quien confíes y que pueda ayudarte. De acuerdo con Proverbios 17:17 *(Versión Popular)* "un amigo es siempre afectuoso, y en tiempos de angustia es como un hermano". Evan, de 22 años, dijo: "Guardar uno dentro de sí sus problemas es como llevar una carga pesada a solas, pero el compartirlos con otra persona puede aliviarle a uno la carga".

Quizás digas: 'Pero ya he tratado eso, y lo único que

consigo es un sermón sobre ver el lado brillante de la vida'. Entonces, ¿dónde puedes hallar a alguien que no solo te escuche y sea comprensivo, sino que también pueda aconsejarte objetivamente? (Proverbios 27:5, 6.)

Dónde hay ayuda

Comienza por 'dar tu corazón' a tus padres. (Proverbios 23:26.) Ellos te conocen mejor que nadie, y por lo general te pueden ayudar si se lo permites. Si perciben que tu condición es grave, quizás hagan arreglos para que recibas ayuda profesional*.

Los miembros de la congregación cristiana son otra fuente de ayuda. "En el transcurso de los años me había convencido de que nadie comprendía realmente cuán deprimida estaba —reveló Marie—. Pero entonces hablé con una de las hermanas de edad madura de la congregación. ¡Cuán comprensiva fue! Ella había pasado por experiencias como las mías. Me animó saber que otras personas habían experimentado lo mismo que yo y que todo les había salido bien."

No, la depresión de Marie no desapareció instantáneamente. Pero con el tiempo pudo enfrentarse a sus emociones mientras profundizaba su relación con Dios. Entre los adoradores verdaderos de Jehová tú también puedes hallar amigos y "parientes" que se interesen genuinamente en tu bienestar. (Marcos 10:29, 30; Juan 13:34, 35.)

Poder que es más allá de lo normal

Sin embargo, lo que más te puede ayudar a disipar la aflicción es lo que el apóstol Pablo llamó "el poder que es más allá de lo normal", que proviene de Dios. (2 Corintios 4:7.) Dios te puede ayudar a combatir la depresión si

---

* La mayoría de los expertos en el campo de la medicina recomiendan que las víctimas de depresión grave reciban ayuda profesional, debido a la posibilidad de suicidio. Por ejemplo, puede que se necesiten ciertas medicinas que solo pueda recetar un médico.

arrojas tu carga sobre él. (Salmo 55:22.) Mediante su espíritu santo, él te suministra poder que sobrepasa el poder normal.

La amistad con Dios es realmente reconfortante. Una joven llamada Georgia dijo: "Oro mucho cuando me siento triste. Sé que Jehová proveerá una salida sin importar lo grave que sea la situación". Daphne concuerda con esto, y agrega: "Le puedes contar todo a Jehová. Solo tienes que expresarle la aflicción de tu corazón, con la confianza de que, aunque nadie más te comprenda, él te comprende y se interesa en ti".

Por eso, si te aflige la depresión, órale a Dios, y trata de hablar con alguna persona sabia y comprensiva a quien puedas contar lo que sientes. En la congregación cristiana hallarás "ancianos" que son consejeros hábiles. (Santiago 5:14, 15.) Ellos siempre están dispuestos a ayudarte a mantener tu amistad con Dios, pues Dios comprende tus problemas y te invita a arrojar tus inquietudes sobre él 'porque se interesa en ti'. (1 Pedro 5:6, 7.) Sí, la Biblia promete: "La paz de Dios que supera a todo pensamiento guardará sus corazones y sus facultades mentales mediante Cristo Jesús". (Filipenses 4:7.)

Preguntas para consideración — **Capítulo 13**

- ☐ ***¿Qué razones puede haber para que un joven se sienta deprimido? ¿Te has sentido así alguna vez?***
- ☐ ***¿Puedes reconocer los síntomas de la depresión crónica menor?***
- ☐ ***¿Sabes reconocer la depresión grave? ¿Por qué es tan serio este mal?***
- ☐ ***Menciona maneras de vencer la aflicción. ¿Te han ayudado algunas de estas sugerencias?***
- ☐ ***¿Por qué es tan importante considerar con otros tu situación si te sientes muy deprimido?***

¿Cómo puedo vencer la soledad?

Es sábado por la noche. El joven está solo en su habitación.

"¡Odio los fines de semana!", grita. Pero allí no hay nadie que le conteste. Hojea una revista y ve una foto de un grupo de jóvenes en una playa. Arroja la revista contra la pared. Se le saltan las lágrimas. Se muerde el labio inferior, pero no puede contener las emociones. Vencido, se echa sobre la cama llorando, preguntándose: "¿Por qué tengo que ser yo quien siempre se quede solo?".



¿TE HAS sentido así alguna vez: excluido del mundo, solo, inútil y sin propósito? Si así es, no te desesperes. Aunque no es agradable sentirse solo, tal sentimiento no es una enfermedad mortal. La soledad es sencillamente una señal de advertencia. El hambre te avisa que necesitas alimento. La soledad te avisa que necesitas compañerismo, estar cerca de otros, tener amigos íntimos. Para que el cuerpo funcione bien necesitamos alimento. De igual modo, para sentirnos bien necesitamos la compañía de otros.

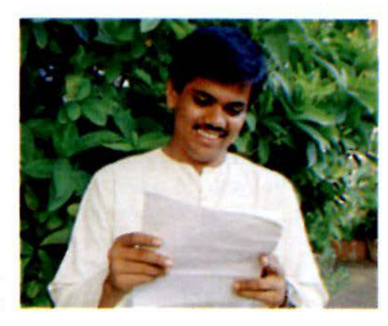


¿Has visto alguna vez un lecho de brasas ardientes? Cuando apartas una brasa de las demás, pierde su fulgor. Pero si la colocas de nuevo entre las demás, ¡vuelve a resplandecer! De manera similar, nosotros no 'fulguramos' o funcionamos bien por mucho tiempo si nos aislamos. Por naturaleza, nosotros los humanos necesitamos la compañía de otras personas.

A solas, pero sin sentirse solo

El ensayista Henry David Thoreau escribió: "Jamás he encontrado compañero más agradable que la soledad". ¿Concuerdas con él? "Sí —responde Bill, de 20 años—. Me encanta la naturaleza. A veces me voy a pasear en mi botecito por un lago. Paso horas sentado en el bote, completamente solo. Así tengo tiempo para reflexionar sobre lo que estoy haciendo en la vida. Disfruto mucho de ello." Steven, de 21 años, concuerda. Dice: "Vivo en un edificio grande de apartamentos, y a veces subo a la azotea, donde esté solo. Allí medito y oro. Es muy agradable".

Los momentos de soledad pueden ser muy satisfacientes cuando se emplean bien. Aun Jesús disfrutó de la soledad: "Muy de mañana, mientras todavía estaba oscuro, [Jesús] salió y se fue a un lugar solitario, y allí se puso a orar". (Marcos 1:35.) Recuerda que Jehová no dijo: 'No es bueno que temporalmente el hombre esté solo'. Más bien, Dios dijo que no era bueno que el hombre '*continuara* solo'. (Génesis 2:18-23.) Por eso, lo que puede afligirte con un sentimiento de soledad es que tengas períodos largos de aislamiento. La Biblia advierte: "El que se aísla buscará su propio anhelo egoísta; contra toda sabiduría práctica estallará". (Proverbios 18:1.)



Los amigos pueden mantenerse en comunicación aunque vivan lejos uno de otro

Soledad temporal

A veces ciertas circunstancias que están fuera de nuestro control nos obligan a estar solos, como cuando nos mudamos a otro lugar, lejos de nuestros amigos íntimos. Steven recuerda: "Allá donde yo vivía, James y yo éramos amigos íntimos, más allegados que hermanos. Cuando me mudé, sabía que lo echaría de menos". Steven pausa, como reviviendo la despedida. "Cuando subí al avión se me hizo un nudo en la garganta. Nos abrazamos, y partí. Sentí que acababa de perder algo precioso."

¿Cómo le fue a Steven después que se mudó? "Fue difícil —dice—. Donde yo vivía mis amigos me querían, pero aquí algunos compañeros de trabajo me hacían sentir como si no sirviera para nada. Recuerdo que miraba el reloj, descontaba cuatro horas (que era la diferencia horaria) y pensaba en lo que pudiéramos haber estado haciendo James y yo en aquel momento. Echaba de menos su compañía."

Cuando en el presente no nos va bien, tendemos a pensar en los tiempos mejores del pasado. Pero la Biblia dice: "No digas: '¿Por qué ha sucedido que los días anteriores resultaron ser mejores que estos?'". (Eclesiastés 7:10.) ¿Por qué se nos da este consejo?

En primer lugar, las circunstancias pudieran mejorar. A eso se debe la constante referencia de los investigadores a

una “soledad temporal”. Así, Steven pudo vencer su soledad. ¿Cómo? “Algo que me ayudó fue explicar mis sentimientos a una persona comprensiva. No se puede vivir en el pasado. Me esforcé por conocer a otras personas e interesarme en ellas. Dio resultado; hallé nuevos amigos.” ¿Y qué hay de James? ‘Yo estaba equivocado. La mudanza no acabó con nuestra amistad. El otro día lo llamé por teléfono, y pasamos una hora y quince minutos hablando.’

Soledad crónica

Pero a veces la angustia causada por la soledad persiste y parece invencible. Ronny, un estudiante de escuela secundaria, dice: “Llevo ocho años en la escuela de este distrito, ¡y nunca he conseguido un solo amigo! [...] Nadie sabe cómo me siento y nadie se interesa en saberlo. ¡A veces me parece que no puedo soportarlo más!”.

Igual que Ronny, muchos adolescentes padecen de lo que suele llamarse soledad crónica. Es más grave que la soledad temporal. De hecho, los investigadores dicen que las dos “difieren tanto entre sí como el resfriado común difiere de la pulmonía”. Pero tal como una pulmonía tiene curación, la soledad crónica tiene remedio. El primer paso es tratar de entender qué la causa. (Proverbios 1:5.) Rhonda, de 16 años, señala así la causa más común de la soledad crónica: “Creo que me siento tan sola porque... nadie puede tener amigos si no está contento consigo mismo. Y no



Puede haber deleitables períodos de soledad

me parece que yo esté muy contenta conmigo misma" (*Lonely in America* [Soledad entre los estadounidenses]).

La soledad de Rhonda tiene raíz interna. La poca estima en que se tiene a sí misma le crea una barrera que le impide ser más tratable y atraerse amigos. Un investigador dijo: "Ideas como 'No tengo atractivos', 'Soy aburrido', 'No sirvo para nada' son conceptos comunes entre los que sufren de soledad crónica". Si quieres vencer la soledad, puede que la clave esté en que te edifiques en tu estimación propia. (Ve el capítulo 12.) Si desarrollas lo que la Biblia llama "la nueva personalidad", caracterizada por bondad, humildad mental y apacibilidad, ¡de seguro verás que tu amor propio crece! (Colosenses 3: 9-12.)

El Instituto Nacional [de los E.U.A.] para la Salud Mental dice que 'el mejor consejo para el que se siente solo es tratar con otras personas'

Además, cuando aprendes a verte de mejor manera tus buenas cualidades atraen a otros. Pero así como solo se puede apreciar todo el colorido de una flor cuando está abierta, nadie podrá apreciar plenamente tus cualidades sino hasta cuando te hagas tratable y amigable con la gente.

Cómo romper el hielo

Según una publicación reciente del Instituto Nacional [de los E.U.A.] para la Salud Mental, 'el mejor consejo para el que se siente solo es tratar con otras personas'. Esta recomendación concuerda con el consejo bíblico de 'ensancharse' y 'compartir sentimientos de compañeros'; es decir, manifestar empatía. (2 Corintios 6:11-13; 1 Pedro 3:8.) Da resultado. El interesarte en otros no solo te ayuda a olvidar tu propia soledad, sino que hace que otros se interesen en *ti*.

Así, Natalie, de 19 años, decidió que no iba a quedarse sentada esperando que la gente la saludara. 'Yo también

tengo que ser amigable —dijo—. Si no, la gente va a pensar que soy orgullosa.' Por eso, tú, empieza con una sonrisa. Puede que la otra persona te responda de igual manera.

El paso siguiente es entrar en conversación con la gente. Lillian, de 15 años, confiesa: "Temía abordar inicialmente a desconocidos. Temía que no me aceptaran". ¿Cómo empieza Lillian las conversaciones? Dice: "Hago preguntas sencillas como: '¿De dónde son?', '¿Conocen a tal persona?'. Puede que ambos conozcamos a la misma persona, y en poco tiempo estamos conversando". Los actos bondadosos y un espíritu generoso también te ayudarán a edificar amistades valiosas. (Proverbios 11:25.)

También recuerda que puedes tener un amigo que nunca te abandonará. Jesucristo dijo a sus discípulos: "No estoy solo, porque el Padre está conmigo". (Juan 16:32.) Jehová también puede ser tu amigo más allegado. Llega a conocer su personalidad mediante leer la Biblia y observar su creación. Fortalece tu amistad con Él por la oración. Al fin y al cabo, la amistad con Jehová Dios es la mejor curación para la soledad.

Si todavía te sientes solo de vez en cuando, no te alarmes. Eso es perfectamente normal. Pero ¿qué hay si eres demasiado tímido y te retraes de hacer amigos y estar con otros?

Preguntas para consideración ***Capítulo 14***

- ☐ ***¿Es malo estar solo? ¿Es beneficiosa la soledad?***
- ☐ ***¿Por qué es temporal la soledad en la mayoría de los casos? ¿Es así en tu caso?***
- ☐ ***¿Qué es soledad crónica, y cómo puedes combatirla?***
- ☐ ***¿Cómo puedes 'romper el hielo' y hablar con otros? ¿Qué te ha sido práctico para hacer esto?***

¿Por qué soy tan tímido?

"TODOS me dicen que soy muy bonita", escribió una joven a un periódico. Sin embargo, pasó a decir: "Se me hace difícil hablar con la gente. Si miro a alguien a los ojos mientras le hablo, me da vergüenza y me sofoco [...] En el lugar donde trabajo he oído decir que soy orgullosa porque no le hablo a nadie. [...] No soy orgullosa; lo que soy es tímida".

El tímido se queda sin amigos y pierde oportunidades

Una encuesta señaló que el 80% de los entrevistados habían sido tímidos en alguna época de su vida, y que el 40% de ellos todavía se consideraban tímidos. Sí, desde remota antigüedad el problema de la timidez ha sido común entre el género humano. La Biblia dice que Moisés mostró timidez en cuanto a servir como portavoz de Dios a la nación de Israel. (Éxodo 3:11, 13; 4:1, 10, 13.) Parece que también el discípulo cristiano Timoteo era tímido y no tenía la confianza de hablar francamente y ejercer del modo debido su autoridad. (1 Timoteo 4:12; 2 Timoteo 1:6-8.)

En qué consiste la timidez

La timidez es un sentirse incómodo entre la gente... desconocidos, personas de autoridad o del sexo opuesto, o hasta los propios compañeros o amigos de uno. Es un cohibirse que afecta a sus víctimas de diversas maneras. Algunos se avergüenzan, bajan la cabeza mientras el corazón les late violentamente, y no pueden hablar. Otros pierden la compostura y empiezan un parloteo imparable. A otros se les hace difícil hablar con franqueza y dar a conocer sus opiniones y preferencias.

Con todo, una medida de timidez tiene sus aspectos favorables. Se parece a la modestia y a la humildad, y algo que Dios espera de nosotros, y que alaba, es que 'seamos modestos al andar con él'. (Miqueas 6:8.) El ser discreto y no ser pretensioso ni autoritario ni muy agresivo trae otros beneficios. A menudo se aprecia a la persona tímida como buen oyente. Pero cuando la timidez nos limita tanto que impide que nos desenvolvamos a plenitud, y perjudica nuestra relación con otros y nuestro trabajo y nuestros sentimientos, ¡es tiempo de hacer algo al respecto!

Un buen comienzo es entender el problema. (Proverbios 1:5.) La timidez no describe lo que eres; describe tu comportamiento, tu reacción a ciertas situaciones, el modo de responder que has seguido y alimentado mediante experiencias con otros. Tú *crees* que otros te juzgan mal, que no les caes bien. *Crees* que los demás son mejores o más normales que tú. *Crees* que no tendrás éxito si tratas de relacionarte con otras personas. Esperas malos resultados, y a menudo ocurre así... porque estás tenso y actúas según lo que crees.

Cómo afecta tu vida la timidez

El retraerte y no hablar francamente, o estar tan preocupado contigo mismo que no prestes atención a los demás, pudiera dar la impresión de que eres orgulloso, poco amigable, aburrido o hasta indiferente o ignorante. Por estar pensando en ti mismo, se te hace difícil concentrarte en lo que se esté considerando. Por eso prestas menos atención a la información que recibes. Entonces, ocurre lo que más temes... das la impresión de ser un tonto.

En esencia, te has encerrado tras los muros de la timidez y no hallas escape de esa situación. No aprovechas las oportunidades que se te presentan. Aceptas artículos o situaciones que realmente no deseas... todo porque tienes



El tímido se imagina que otros lo menosprecian

miedo de hablar con franqueza y expresar tu opinión. No llegas a tener el gozo de conocer a otras personas ni hacer nuevos amigos ni participar en actividades que enriquecerían tu vida. Pero los demás también salen perdiendo. Nunca llegan a conocerte como verdaderamente eres.

Cómo vencer la timidez

Con tiempo y esfuerzo, puedes cambiar de manera de ser. En primer lugar, no te preocupes de si la otra persona te está evaluando o no. Puede que esté demasiado ocupada pensando en sí misma y en lo que *ella* va a decir y hacer. Y si esa persona se ríe de ti, comprende que es *ella* quien tiene un problema. "El que menosprecia a su prójimo carece de entendimiento." (Proverbios 11:12, *Reina-Valera*, 1977.) Si alguien merece ser tu amigo, será la persona que no te juzgue por lo externo, sino por la clase de persona que eres.

Además, trata de pensar de modo edificante. Nadie es perfecto; todos tenemos nuestras virtudes y nuestras debilidades. Ten presente que hay diversas maneras de ver las cosas, diferentes gustos y aversiones. El que alguien no opine como tú en ciertos asuntos no significa que no le caigas bien.

Aprende también a juzgar imparcialmente a los demás. Un joven que era tímido dice: "Descubrí dos cosas sobre

Puedes vencer la timidez si

Quieres *cambiar, y crees que puedes hacerlo*

Reemplazas *los pensamientos desalentadores con acción que signifique progreso*

Te fijas *metas realistas y significativas*

Aprendes *a relajarte y a encararte a la inquietud*

Ensayas *de antemano qué hacer en las situaciones*

Aumentas *poco a poco tu confianza con buenas experiencias*

Recuerdas *que hay diferencias de opinión y los demás también se equivocan*

Practicas *para mejorar las aptitudes que tienes y adquirir otras*

Te esfuerzas *por mostrar amor y ayudar a otros*

Vistes *con buen gusto y obras con confianza*

Confías *en la ayuda que Dios da*

Asistes *a las reuniones cristianas y participas en ellas, y compartes tu fe con otras personas*

mí mismo [...] En primer lugar, era demasiado egocéntrico. Pensaba demasiado en mí mismo y me preocupaba por lo que la gente pudiera pensar de lo que dijera. En segundo lugar, imputaba malos motivos a los demás; porque desconfiaba de ellos, creía que me menospreciarían".

Este joven asistió a una reunión de los testigos de Jehová. "Allí escuché un discurso que realmente me ayudó", recuerda. 'El orador señaló que el amor se vuelve hacia otros; que si uno tiene amor, piensa lo mejor de los demás, no lo peor. Así que aprendí a no imputar malos motivos a la gente. Me decía a mí mismo: "Van a ser comprensivos, van a ser bondadosos, van a ser considerados". Empecé a confiar en la gente. Me di cuenta de que algunos quizás me juzgarían equivocadamente, pero ahora me parecía que eso sería el problema *de ellos.*'

"También pude ver que tenía que mostrar el amor por

acciones... dar más de mí a los demás —explicó—. Traté primero con los más jóvenes. Después empecé a visitar a otras personas en sus hogares. Aprendí a notar lo que necesitaban, a pensar en términos de qué ayuda podría darles." Así, este joven experimentó lo verídico del consejo de Jesús en Lucas 6:37, 38: "Dejen de juzgar, y de ninguna manera serán juzgados; y dejen de condenar, y de ninguna manera serán condenados. [...] Practiquen el dar, y se les dará. [...] Porque con la medida con que ustedes miden, se les medirá en cambio".

Cómo empezar

Por eso, aprende a ser sociable... a saludar a la gente y a entablar conversaciones. Puede ser tan sencillo como el hacer un comentario sobre las condiciones del tiempo. Recuerda: tú solo tienes el 50% de la responsabilidad. La otra mitad recae sobre la otra persona. Si cometes algún error al hablar, no te sientas mal. Si los demás se ríen, aprende a reírte junto con ellos. El decir: "Parece que eso que dije no me salió bien", te ayudará a relajarte y a seguir con la conversación.

Viste cómodamente, pero asegúrate de que tengas la ropa limpia y planchada. El saber que luces bien minimiza tus temores a este respecto, y te ayuda a concentrarte en la conversación. Párate derecho... pero con naturalidad. Sé simpático y sonríe. Mira amigablemente a la otra

Aprende a ser sociable... a sonreír, saludar a otros y entablar conversaciones



persona y asiente con la cabeza o verbalmente cuando ella hable.

Al enfrentarte a una situación difícil, como al pronunciar un discurso ante otros o al presentarte para una entrevista con relación a un empleo, prepárate lo mejor que puedas. Practica de antemano lo que vayas a decir. Con la práctica, los problemas del habla también pueden superarse o hacerse menos obvios. Esto toma tiempo, tal como toma tiempo adquirir cualquier otro conjunto de aptitudes. Pero a medida que veas los buenos resultados te sentirás más animado a adelantar.

Y no olvides que Dios te puede ayudar. Saúl, el primer rey de la antigua nación de Israel, era muy tímido al principio. (1 Samuel, capítulos 9 y 10.) Pero cuando llegó el tiempo de actuar, "el espíritu de Dios entró en operación sobre Saúl", ¡y Saúl dirigió al pueblo a la victoria! (1 Samuel, capítulo 11.)

Hoy día los jóvenes cristianos tienen la responsabilidad de instruir a otros respecto a Dios y el justo nuevo mundo que él ha prometido. (Mateo 24:14.) El llevar estas buenas nuevas y representar a la Autoridad más encumbrada del universo de seguro te inspirará confianza y te ayudará a dejar de concentrarte en ti mismo. Entonces, puedes estar seguro de que si sirves fielmente a Dios él te bendecirá y te ayudará a sobreponerte a tu timidez.

Preguntas para consideración — **Capítulo 15**

- ☐ ***¿Qué es la timidez, y cómo se comporta ante otros el que es tímido? ¿Tienes tú ese problema?***
- ☐ ***¿Por qué pierde confianza cuando está ante otras personas el tímido?***
- ☐ ***¿Cómo perjudica la timidez?***
- ☐ ***¿Cómo puede vencerse la timidez? ¿Te ha sido provechosa alguna de estas sugerencias?***

¿Es normal que esté tan afligido?

MITCHELL recuerda el día que su padre murió: "¡No lo podía creer!... Me seguía diciendo que aquello no podía ser verdad".

Puede que alguien a quien amas haya muerto... uno de tus padres, un hermano, una hermana o un amigo. Y en vez de solo sentirte triste, también estás enojado y confuso y con temor. Por más que tratas, no puedes contenerte; tienes que llorar. O puede que, en vez de llorar, reprimas el dolor que te agobia.

En verdad es solo natural que nos afecte mucho la muerte de una persona amada. Hasta Jesucristo, cuando supo que un amigo íntimo suyo había muerto, "cedió a las lágrimas" y "gimió" para sus adentros. (Juan 11:33-36; compara con 2 Samuel 13:28-39.) El que reconozcas que otros se han sentido como tú puede ayudarte a sobrellevar la pérdida.

Cuando se niega la realidad

Al principio puede que se te confunda el pensamiento. Quizás en lo más profundo de tu ser esperes que todo sea una pesadilla, que venga alguien y te despierte y todo siga como antes. Por ejemplo, la madre de Cindy murió de cáncer. Cindy explica: "La verdad es que no he aceptado su muerte. A veces suceden cosas que en el pasado yo habría considerado con ella, y me sorprendo diciéndome a mí misma: 'Tengo que contarle esto a mamá' ".

Los afligidos tienden a resistirse a la idea de que ha habido una muerte. Puede que hasta se imaginen que acaban de ver al difunto en la calle, en un autobús o en el

metro. Un leve parecido puede encender la esperanza de que todo haya sido una equivocación. Recuerda, Dios hizo al hombre para vivir, no para morir. (Génesis 1:28; 2:9.) Por eso, es normal que nos neguemos a aceptar la muerte.

"¿Cómo es posible que me haya hecho esto?"

No te sorprendas si a veces sientes algún enojo contra el que ha muerto. Cindy recuerda: "Cuando mamá murió, a veces yo pensaba: 'No nos dejaste saber que ibas a morir. Desapareciste sin aviso'. Me sentía traicionada".

La muerte de un hermano o una hermana puede afectarnos de la misma manera. "Casi es ridículo enojarse con alguien que ha muerto —explica Karen—, pero cuando mi hermana murió, no pude evitarlo. Seguía pensando: '¿Por qué murió y me dejó tan sola? ¿Cómo es posible que me haya hecho esto?'." Algunos se enojan por todo el dolor que les ha causado la muerte de su hermano o hermana. Algunos se sienten abandonados, o quizás hasta se resienten por todo el tiempo y la atención que se dio al hermano enfermo o a la hermana enferma antes de que muriera. Los padres afligidos que, por temor a perder otro hijo u otra hija, de pronto tienden a imponer demasiadas restricciones a los demás hijos, también pueden causar en estos resentimiento contra el muerto.

"La verdad es que no he aceptado su muerte. A veces [...] me sorprendo diciéndome a mí misma: 'Tengo que contarle esto a mamá'"

"Si tan solo..."

Un sentimiento de culpa es otra reacción que suele presentarse. Vienen preguntas y dudas a la mente. '¿Pudiéramos haber hecho más? ¿Deberíamos haber visto a otro médico?' Además, se piensa: '*Si tan solo* no hubiéramos reñido tanto'. '*Si tan solo* le hubiera mostrado más bondad.'



"¡No puede ser que esto me esté pasando a mí!"

'*Si tan solo* hubiera ido a la tienda yo en lugar de él.'

Mitchell dice: "Quisiera haber podido ser más paciente y comprensivo con mi padre. O haber sido más servicial en casa para que él no hubiera tenido que afanarse tanto al regresar a casa". Y Elisa dijo: "Cuando mamá enfermó y murió tan de repente, eran muchos los asuntos del sentimiento que no habíamos resuelto por completo. ¡Ahora me siento muy culpable! Pienso en todo lo que debí haberle dicho, en lo que no debí haberle dicho y en lo que hice mal".

Puede que hasta te culpes por lo que haya pasado. Cindy dice: "Me sentía culpable por todas las riñas que habíamos tenido, por toda la tensión que le había causado. Me parecía que aquella tensión había contribuido a su enfermedad".

"¿Qué les digo a mis amigos?"

Respecto a su hijo, una viuda dijo: "Jonny no podía decir a otros niños que su padre había muerto. Se avergonzaba, y también se enfadaba por sentirse avergonzado".

Cuando perdemos a un ser amado en la muerte, necesitamos el apoyo de una persona comprensiva



El libro *Death and Grief in the Family* (Muerte y aflicción en la familia) explica: "'¿Qué les digo a mis amigos?', es una pregunta muy importante para los que sobreviven a un hermano o una hermana. Muchas veces sucede que estos creen que sus amigos no comprenden su situación angustiosa. El tratar de comunicarles el gran dolor que los embarga pudiera recibirse con miradas perdidas y de desconcierto. [...] Esto llevaría al sobreviviente adolorido a sentirse rechazado, aislado y, a veces, hasta a creerse anormal".

Sin embargo, trata de comprender que a veces otras personas no saben qué decir a un amigo afligido y, por eso, no dicen nada. Además, la pérdida que has sufrido les recuerda que ellas, también, pueden perder a un ser querido. Porque no quieren recordar eso, puede que te eviten.

Cómo hacer frente a tu aflicción

El saber que tu aflicción es normal puede ayudarte a hacerle frente. Pero si sigues negando la realidad, solo prolongarás el dolor. A veces pudiera ser que una familia dejara vacío un lugar en la mesa para el difunto, como si este estuviera a punto de venir a comer. Pero cierta familia decidió manejar la situación de otra manera. La madre dice: "Nunca volvimos a sentarnos a la mesa de la cocina en el

mismo orden. Mi esposo se sentó en la silla de David, y esto ayudó a llenar el vacío".

Otra ayuda es que reconozcas que aunque quizás haya habido cosas que debiste o no debiste haber dicho o hecho, generalmente sucede que estas *no* han sido la causa de la muerte de tu ser querido. Además, "todos tropezamos muchas veces". (Santiago 3:2.)

Comparte tus sentimientos

El Dr. Earl Grollman recomienda: "No basta con que reconozcas tu conflicto emocional; tienes que hacerle frente abiertamente. [...] Es ocasión de compartir tus sentimientos". No es un momento en que debas aislarte. (Proverbios 18:1.)

"Cuando mamá murió, [...] yo pensaba: 'No nos dejaste saber que ibas a morir. Desapareciste sin aviso'. Me sentía traicionada"

El Dr. Grollman dice que si niegas tu dolor "solo prolongas la agonía y retrasas el curso natural de la aflicción". Sugiere: "Busca a un buen oyente, un amigo que comprenda que tus varios sentimientos son reacciones *normales* a tu amargo dolor". En muchos casos el padre o la madre, o un hermano o una hermana, o un amigo, o un anciano de la congregación cristiana pudieran ser una verdadera fuente de fortaleza.

Y ¿qué hay si tienes ganas de llorar? El Dr. Grollman dice: "Para algunos —sean hombres, mujeres o niños— las lágrimas son el mejor remedio contra la tensión emocional. El llorar es una manera natural de aliviar la angustia y desahogarse".

Cooperación familiar

Tus padres también pueden ser una gran ayuda en tu tiempo de angustia... y tú puedes ayudarles a ellos. Por ejemplo, Jane y Sarah, de Inglaterra, perdieron a su herma-

no Darrall, de 23 años de edad. ¿Cómo superaron la aflicción? Jane contesta: "Puesto que éramos cuatro, papá y yo cooperábamos en lo que hacíamos, y Sarah y mamá cooperaban entre sí. Así nadie estaba solo". Jane también recuerda: "Yo nunca había visto llorar a papá. Lo vi llorar un par de veces, y aquello fue en cierto modo hermoso; al recordar aquellos momentos, me alegra haber estado a su lado para consolarlo".

Una esperanza sustentadora

El joven David, de Inglaterra, perdió a su hermana Janet, de 13 años de edad, que murió de la enfermedad de Hodgkin. Dice: "Algo que me ayudó muchísimo fue un texto citado en el funeral. Dice: 'Porque Dios ha fijado un día en que se propone juzgar la tierra habitada con justicia por un varón a quien ha nombrado, y ha proporcionado a todos los hombres una garantía con haber resucitado a Jesús de entre los muertos'. El orador enfatizó la expresión 'garantía' con relación a la resurrección. Eso me fortaleció mucho después del funeral". (Hechos 17:31; ve también Marcos 5:35-42; 12:26, 27; Juan 5:28, 29; 1 Corintios 15:3-8.)

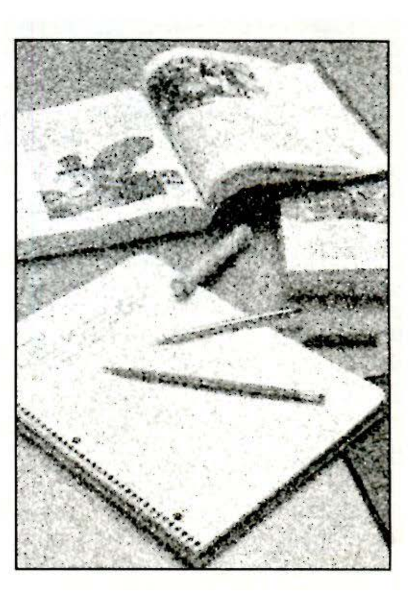
La esperanza bíblica de la resurrección no elimina el dolor. Nunca olvidarás a tu ser querido. Sin embargo, muchas personas han hallado verdadero consuelo en las promesas bíblicas, y así han empezado a recuperarse del dolor de haber perdido a un ser amado.

Preguntas para consideración — ***Capítulo 16***

- ☐ *¿Crees que es normal afligirse por un ser amado que haya muerto?*
- ☐ *¿Qué sentimientos pudiera tener la persona afligida, y por qué?*
- ☐ *¿Cómo puede enfrentarse a sus sentimientos el joven afligido?*
- ☐ *¿Cómo podrías consolar a un amigo que hubiera perdido a un ser amado?*

La escuela y el empleo

La escuela —sea que te guste o no— es donde probablemente pasarás unos 12 años de tu vida. Estos pueden ser años de labor monótona o años en que aprendas mucho. Eso depende en gran manera de lo que hagas allí durante ese tiempo. Por eso, en esta sección consideraremos a fondo asuntos relacionados con la escuela, las tareas escolares, las calificaciones y los maestros. Y para beneficio de los que ya han terminado su educación escolar, presentaremos buenas sugerencias que pueden ayudarles a conseguir empleo.



¿Debería dejar la escuela?

POR más de 25 años Jack ha atendido problemas de asistencia a la escuela. Por eso, es muy difícil que un joven que falta a clases le presente a Jack una excusa que él no haya oído. "Me han dado muchísimas excusas —dice él—, como: 'Me parecía que me iba a sentir mal hoy' [...] 'Murió mi abuelo, en Alaska'." ¿Cuál es la excusa "favorita" de Jack? La de tres muchachos que alegaron que 'no pudieron dar con la escuela porque había demasiada neblina'.

Estas excusas flojas muestran lo poco que les gusta a muchos jóvenes la escuela; sus sentimientos varían desde la indiferencia ("Supongo que está bien") hasta la hostilidad franca ("¡Aborrezco la escuela! ¡La odio!"). Por ejemplo, tan pronto como Gary se levantaba para ir a la escuela se sentía enfermo. Dijo: "Al acercarme a la escuela empezaba a sudar y a ponerme nervioso [...] tenía que volver a casa". Como él, muchos jóvenes le tienen terror a la escuela... lo que los médicos llaman fobia escolar. Muchas veces la causa de este temor es la violencia en la escuela, la crueldad de otros jóvenes y la presión envuelta en obtener buenas calificaciones. Puede que estos jóvenes asistan a la escuela (con alguna persuasión por los padres), pero siempre con perturbación emocional y hasta agotamiento físico.

Por eso, ¡no extraña el que muchos jóvenes decidan que lo mejor es no ir a la escuela! Tan solo en los Estados Unidos, ¡unos dos millones y medio de estudiantes de escuelas primarias y secundarias faltan a clase cada día! Un artículo del periódico *The New York Times* añadió que son tantos los estudiantes (casi una tercera parte) que "acostum-

bran faltar a clases" en las escuelas secundarias de la ciudad de Nueva York "que es casi imposible enseñarles".

Otros jóvenes van más allá. "La escuela era aburrida, demasiado estricta", dijo un joven llamado Walter. Decidió no volver a la escuela secundaria. Una joven llamada Antonia hizo lo mismo. Encontraba difícil cumplir con sus tareas escolares. "¿Cómo podía hacerlas si no entendía lo que leía?", preguntó. Añadió: "Yo estaba sentada allí sin aprender nada, así que me fui".

Es cierto que hay problemas serios en los sistemas escolares de toda la Tierra. Pero ¿es eso razón para perder todo interés en la escuela, y dejarla? ¿Qué efectos pudiera tener en tu vida el abandonar la escuela? ¿Hay buenas razones para que permanezcas en ella hasta graduarte?

La educación es valiosa

Michael regresó a la escuela para conseguir un diploma equivalente al de la escuela secundaria. Cuando se le preguntó por qué, dijo: "Me di cuenta de que necesitaba una educación". Pero ¿qué es una "educación"? ¿Es poder recitar una impresionante serie de hechos? Eso no es educación, tal como un amontonamiento de ladrillos no forma una casa.

"Yo estaba sentada allí sin aprender nada, así que me fui"

La educación debe prepararte para tener éxito en la vida adulta. Allen Austill, administrador escolar por 18 años, habló sobre "la educación que te enseña a pensar, a resolver problemas, a ver qué es razonable y qué no lo es, a adquirir la capacidad fundamental de pensar con claridad, a conocer los hechos y entender cómo se relacionan unos con otros. Que te enseña a tomar esas decisiones y hacer esas distinciones, que te enseña a aprender".

Y ¿qué tiene que ver la escuela con esto? Siglos atrás el rey Salomón escribió proverbios "para dar sagacidad a los inexpertos, conocimiento y capacidad de pensar al joven". (Proverbios 1:1-4.) Sí, a los jóvenes les falta experiencia.



La disciplina que aprendes en la escuela puede beneficiarte por el resto de la vida

Pero la escuela puede ayudarte a aumentar y cultivar la capacidad de pensar. Esta no es capacidad para simplemente recitar hechos, sino para analizarlos y usarlos en formar ideas productivas. Aunque muchas personas han criticado los métodos de enseñar de algunas escuelas, la escuela *sí* te obliga a pensar. Es cierto que el resolver problemas de geometría o el memorizar una lista de fechas históricas quizás no te parezca que importe en tu vida por el momento. Pero nota lo que escribió Barbara Mayer en *The High School Survival Guide* (La guía para sobrevivir en la escuela secundaria): "Muchos estudiantes no van a recordar cuanto hecho y dato los maestros quieren poner en los exámenes, pero nunca olvidarán las capacidades que han desarrollado de aprender a estudiar y planear".

Tres profesores universitarios que estudiaron los efectos

a largo plazo de la educación concordaron en que "las personas mejor educadas conocen de modo más amplio y profundo, no solo hechos que han leído, sino al mundo actual, y tienen mayor probabilidad de esforzarse por aprender y por estar al día con las fuentes de información. [...] Se ha visto que esas diferencias han perdurado a pesar de la vejez y de pasar muchos años fuera de la escuela" *(The Enduring Effects of Education* [Los efectos duraderos de la educación]).

Lo más importante es que la educación puede equiparte para cumplir con tus responsabilidades cristianas. Si has adquirido buenos hábitos de estudio y has aprendido a leer bien, podrás estudiar con mayor facilidad la Palabra de Dios. (Salmo 1:2.) Si en la escuela has aprendido a expresarte, se te hará más fácil enseñar las verdades bíblicas a otros. También es útil que sepas de historia, ciencia, geografía y matemáticas, puesto que ese conocimiento te ayudará a tratar con personas de diversos antecedentes, intereses y creencias.

La escuela y el empleo

La escuela también afecta vitalmente tus posibilidades de conseguir empleo en el futuro. ¿Cómo?

Los que no han dominado las destrezas básicas que se enseñan en la escuela no tienen buenas perspectivas de hallar empleo



El sabio rey Salomón dijo sobre el trabajador hábil: "Delante de reyes es donde él se apostará; no se apostará delante de hombres comunes". (Proverbios 22:29.) Eso todavía es cierto. "Sin aptitudes, mucho es lo que no podrás sacar de la vida", dijo Ernest Green, del Ministerio de Trabajo de los Estados Unidos.

Está claro, pues, que los que dejan la escuela no tienen buenas perspectivas de hallar empleo. Walter (ya mencionado) aprendió esto de la manera penosa. "He llenado muchísimas solicitudes de empleo, pero no he podido conseguir trabajo por no tener diploma." También confesó: "A veces la gente usa palabras que no entiendo, y me parece que soy un estúpido".

El desempleo entre los jóvenes de 16 a 24 años que han dejado la escuela secundaria "es casi el doble del de sus compañeros que se graduaron, y casi tres veces mayor que el índice general de desempleo" *(The New York Times)*. El escritor F. Phillip Rice, en su libro *The Adolescent*, añade: "Los que no siguen en la escuela cierran para sí las puertas de la oportunidad". El que ha dejado la escuela quizás no haya dominado aptitudes básicas y por eso no pueda efectuar ni los trabajos más sencillos.

"Un estudio reciente indica que se requiere más o menos un nivel de lectura de séptimo año escolar para trabajar como cocinero, un nivel de octavo año para ser mecánico y un nivel de noveno o décimo año para servir como encargado de suministros"

En su libro *The Literacy Hoax* (Falsa alfabetización) Paul Copperman escribió: "Un estudio reciente indica que se requiere más o menos un nivel de lectura de séptimo año escolar para trabajar como cocinero, un nivel de octavo año para ser mecánico y un nivel de noveno o décimo año para servir como encargado de suministros". Sigue: "Creo que es razonable concluir que un empleo como el de maestro,

enfermera, contable o ingeniero exigiría un nivel mínimo de lectura superior a esos".

Es obvio, pues, que los estudiantes que en verdad procuran adquirir aptitudes básicas, como la de leer, tendrán, por mucho, las mejores oportunidades de conseguir empleo. Pero ¿de qué otra manera puede beneficiarte la escuela para el resto de la vida?

Serás mejor persona

Ese beneficio para toda la vida es que llegues a conocer tus puntos fuertes y tus debilidades. Michelle, quien hace poco empezó a trabajar en el campo de los ordenadores, dijo: "En la escuela aprendí a trabajar bajo presión, a tomar exámenes y a expresarme".

Otra joven dice: 'La escuela me enseñó a enfrentarme a los fracasos'. Ella tendía a culpar a otros, y no a sí misma, por sus fracasos. Otros se han beneficiado de la disciplina que encierra la rutina escolar. Muchos se expresan contra las escuelas por esto y alegan que eso impide el desarrollo de la mente joven. Pero Salomón animó a los jóvenes a 'conocer sabiduría y disciplina'. (Proverbios 1:2.) Las escuelas donde hay disciplina verdaderamente han producido muchas mentes disciplinadas y a la vez creativas.

Por lo tanto, tiene sentido el que aproveches de lleno tus años escolares. ¿Cómo puedes hacerlo? Hablemos primero de tus tareas escolares.

Preguntas para consideración — ***Capítulo 17***

- ☐ ***¿Qué hace que tantos jóvenes vean con disgusto la escuela? ¿Qué opinas sobre eso?***
- ☐ ***¿Cómo ayuda la escuela a desarrollar la capacidad de pensar?***
- ☐ ***Si dejaras la escuela, ¿qué efecto podría tener esto en tu esfuerzo por conseguir empleo en el futuro, y por qué?***
- ☐ ***¿Qué otros beneficios personales pudieras derivar de seguir en la escuela?***

¿Cómo puedo mejorar de calificaciones?

CUANDO a un grupo de estudiantes de escuela primaria se le preguntó: '¿Qué es lo que más les preocupa?', el 51% contestó: "¡Las calificaciones!".

No es de extrañar que las calificaciones escolares sean una fuente principal de inquietud entre los jóvenes. De estas depende el que uno se gradúe o tenga que repetir el curso, que consiga un trabajo de buena paga o uno que pague el salario mínimo, que reciba alabanza de sus padres o sea objeto de su ira. Es cierto que las calificaciones y los exámenes tienen su lugar. Hasta Jesucristo solía poner a prueba a sus discípulos para ver si entendían algunos asuntos. (Lucas 9:18.) Y como dice el libro *Measurement and Evaluation in the Schools* (Medición y evaluación en las escuelas): "Los resultados de los exámenes pueden revelar los puntos fuertes y los débiles de cada estudiante y obrar como instrumentos que muevan a estudiar en el futuro". Tus calificaciones también sirven para dar a tus padres una idea de tu progreso en la escuela... para tu bien o para tu mal.

Busca el equilibrio

Sin embargo, el que los jóvenes se preocupen demasiado por las calificaciones puede crear tensiones paralizantes y encender fiera competencia. Un libro sobre la adolescencia dice que especialmente los estudiantes que piensan ingresar en la universidad pueden "enredarse en una competencia en que se dé mayor énfasis a las calificaciones y a la categoría en la clase que a aprender". Como resultado, para citar al Dr. William Glasser, "temprano en sus años escolares [los estudiantes] aprenden a preguntar qué abarcará el examen, y a [...] solo estudiar esa información".

El rey Salomón advirtió: "Yo mismo he visto todo el duro trabajo y toda la pericia sobresaliente en el trabajo, que significa la rivalidad de uno para con otro; esto también es vanidad y un esforzarse tras el viento". (Eclesiastés 4:4.) La competencia feroz, sea para obtener riquezas materiales o aprobación académica, es vanidad. Los jóvenes que temen a Dios comprenden que es necesario aplicarse en la escuela. Pero en vez de hacer de la educación el aspecto más importante de la vida, van en pos de los intereses espirituales y confían en que Dios satisfará sus necesidades materiales. (Mateo 6:33; ve el capítulo 22, que trata el asunto de escoger carreras.)

Además, la educación implica más que solo acumular puntos en los exámenes. Significa desarrollar lo que Salomón llamó "capacidad de pensar", poder sacar conclusiones razonadas y prácticas de simples datos. (Proverbios 1:4.) El joven que se las arregla para obtener calificaciones de aprobación mediante adivinar, estudiar a última hora o hasta usar medios poco honrados, nunca aprende a pensar. ¿Y de qué vale obtener una calificación excelente en matemáticas si después no puedes cuadrar la chequera?

El joven que se las arregla para obtener calificaciones de aprobación mediante adivinar, estudiar a última hora o hasta usar medios poco honrados, nunca aprende a pensar

Por eso, es importante que no veas las calificaciones como un fin en sí mismas, sino como un medio que te permite determinar si vas progresando. Pero ¿cómo puedes obtener calificaciones que reflejen tu aptitud?

¡Acepta tu responsabilidad de aprender!

Según la maestra Linda Nielsen, los estudiantes flojos tienden a "culpar a factores que están fuera de su control cuando no hacen buen trabajo [en la escuela]: preguntas injustas en el examen, una maestra que tiene prejuicios, la mala suerte, el destino, el tiempo". Sin embargo, la Biblia

dice: "El perezoso se muestra deseoso, pero su alma nada tiene". (Proverbios 13:4.) Sí, a menudo la verdadera razón de las calificaciones bajas es la pereza.

Pero los buenos estudiantes aceptan la responsabilidad de aprender. En cierta ocasión la revista *'Teen* hizo una encuesta entre estudiantes de escuela secundaria que obtenían calificaciones sobresalientes. ¿Cuál era su secreto? "La motivación personal ayuda a seguir adelante", dijo uno. "El seguir un horario y organizar uno su tiempo", dijo un segundo estudiante. "Uno tiene que fijarse metas", dijo un tercero. Sí, en la mayoría de los casos tus calificaciones no dependen de factores que estén fuera de tu control, sino de TI... de cuánto estés dispuesto a estudiar y a aplicarte en la escuela.

'Pero yo *sí* estudio'

Eso es lo que quizás afirmen algunos jóvenes. Sinceramente opinan que ya están trabajando hasta más no poder, pero no obtienen buenos resultados. Sin embargo, unos años atrás ciertos investigadores de la Universidad de Stanford (E.U.A.) entrevistaron a unos 770 estudiantes y les preguntaron cuánto esfuerzo creían ellos que estaban haciendo para cumplir con sus tareas escolares. Aunque parezca extraño, ¡los estudiantes de calificaciones bajas opinaban que habían trabajado tanto como los demás! Pero cuando se examinaron sus hábitos de estudio se vio que en verdad estudiaban mucho menos que sus compañeros de clase que tenían buenas calificaciones.

¿Qué indica esto? Que quizás no estés estudiando con la intensidad que crees, y sería apropiado que hicieras algunos cambios. Un artículo de la revista *Journal of Educational Psychology* indicó que el simplemente "aumentar la cantidad de tiempo que se dedica a las tareas escolares ayuda a mejorar las calificaciones de los estudiantes de escuela secundaria". De hecho, "con dedicar de 1 a 3 horas a la semana a hacer las tareas escolares, el estudiante promedio de poca habilidad podría obtener las mismas calificaciones del estudiante promedio hábil que no haga sus tareas".

Hablando figurativamente, el apóstol Pablo dijo que

'aporreaba su cuerpo' para alcanzar sus metas. (1 Corintios 9:27.) De igual manera, quizás tú tengas que aplicarte la norma de ser más estricto contigo mismo, especialmente si la televisión u otras distracciones rompen fácilmente tu concentración en el estudio. Quizás hasta pudieras poner en la televisión un letrero que diga: "¡No mirar TV sino hasta terminar las tareas!".

El ambiente en que estudias

La mayoría de nosotros nos beneficiaríamos de tener un lugar tranquilo en el cual estudiar. Si compartes una habitación, o en tu casa el espacio es limitado, ¡improvisa! Quizás puedas indicar que la cocina, o el dormitorio de alguien, será tu área de estudio por más o menos una hora cada noche. O, como último recurso, determina si puedes estudiar en una biblioteca pública o en casa de un amigo.

Si es posible, usa un escritorio (o una mesa) con suficiente espacio para esparcir tu trabajo sobre él. Ten a mano lo que necesites, como lápices y papel, para que no tengas que estar levantándote constantemente. Y, lamentamos decirlo, pero el tener encendida la TV o la radio generalmente *impide* la concentración, y lo mismo sucede con las llamadas telefónicas o las visitas.

Asegúrate también de que tengas iluminación adecuada,



Los estudiantes suelen pagar las consecuencias de sus malos hábitos de estudio... con el fracaso



¿Qué hay de las actividades después de las clases?

***A muchos** jóvenes el participar en ciertas actividades después de las clases les da un sentido de logro. "Yo era de casi todo club que había —recuerda un joven de Baltimore, Maryland (E.U.A.)—. Me sentía bien manejando cosas que me agradaban. Estaba en un club de automovilismo porque me gustaba trabajar con autos. Me atraen los ordenadores, de modo que me uní a aquel club. Me interesa el audio, así que me hice miembro de aquel club." Especialmente a los estudiantes que piensan ingresar en la universidad se les estimula a participar en actividades extracurriculares de ese tipo.*

***Sin embargo,** un ex maestro, ahora funcionario del gobierno federal estadounidense, dijo a ¡Despertad!: "Puede que los estudiantes dediquen más tiempo a las actividades extracurriculares que a su trabajo escolar, y esto les impide mantener buenas calificaciones". Así es; no es fácil mantener el equilibrio cuando se trata de actividades después de las clases. Una joven llamada Cathy, quien jugaba en un equipo de béisbol de su escuela, dice: "Después de las prácticas estaba demasiado cansada para todo lo demás. Esto perjudicaba mi trabajo escolar. Por eso, este año no me uní al equipo".*

***También hay** peligros espirituales. Un cristiano que recuerda sus años de adolescencia dice: "Creía que podía equilibrar tres actividades: las tareas escolares, las prácticas con el equipo de pista y campo, y las actividades espirituales. Pero cuando*

que no sea demasiado brillante. La buena luz reduce el cansancio que produce el estudiar, y protege la vista. Y si es posible, examina la ventilación y la temperatura de la habitación. Una habitación fresca proporciona un ambiente de estudio más estimulador que un cuarto caluroso.

¿Qué hay si simplemente no estás de humor para estu-



había un conflicto entre las tres, lo que sacrificaba era el aspecto espiritual".

***El joven Themon,** que pertenecía a dos equipos deportivos de la escuela, concuerda: "No podía ir a las reuniones del Salón [del Reino para recibir instrucción espiritual] porque los martes estábamos de viaje, los jueves estábamos de viaje, los sábados estábamos de viaje, y no regresábamos sino hasta las dos de la mañana". Aunque "el entrenamiento corporal es provechoso para poco", es vital recordar que "la devoción piadosa es provechosa para todas las cosas". (1 Timoteo 4:8.)*

***Piensa,** además, en los peligros que presentan ciertas actividades a la moralidad. ¿Estarías asociándote con buenos amigos que ejercieran sana influencia moral en ti? ¿De qué hablarían? ¿Podría la influencia de tus compañeros de equipo o de los miembros de un club tener mal efecto en ti? "Las malas compañías echan a perder los hábitos útiles", dice 1 Corintios 15:33.*

***Es interesante** que muchos jóvenes testigos de Jehová han escogido usar el tiempo de que disponen después de clases para algo mucho más provechoso que los deportes: ayudar a otros a conocer al Creador. Colosenses 4:5 aconseja: "Sigan andando en sabiduría para con los de afuera, comprándose todo el tiempo oportuno que queda".*

diar? La vida rara vez nos permite hacer lo que queremos. Si tuvieras un empleo, tendrías que trabajar todos los días... fuera que estuvieras de humor para ello o no. De modo que ve los deberes escolares como un ejercicio de autodisciplina, un ensayo para tu experiencia futura de trabajar. Sé serio y metódico en ello. Un educador sugiere: "De ser posible, se debe estudiar en el mismo lugar y a la misma hora cada día.



No es fácil equilibrar las actividades extracurriculares con tus deberes escolares

Así, el estudio regular se convierte en un hábito, y [...] uno se resiste menos a estudiar".

Tu rutina de estudio

En Filipenses 3:16 Pablo animó a los cristianos a 'seguir andando ordenadamente en la misma rutina'. Pablo se refería al derrotero de la vida del cristiano. Sin embargo, una rutina —o manera ordenada habitual de hacer las cosas— es también útil en tu método de estudiar. Por ejemplo, trata de organizar tu estudio. No estudies dos asignaturas similares (como dos idiomas extranjeros diferentes) una tras otra. Toma descansos breves entre una asignatura y otra, especialmente si tienes muchas tareas escolares.

Si tu tarea escolar requiere que leas mucho, pudieras probar el siguiente método. Primero, EXAMINA la información que vas a estudiar. Da un vistazo al material asignado y nota los subtítulos, las tablas, y así por el estilo, para obtener una idea general de la información. Luego, hazte PREGUNTAS que se basen en los títulos de los capítulos o en las oraciones temáticas. (Así te concentras en lo que lees.) Ahora LEE, buscando las contestaciones a las preguntas. Al

terminar cada párrafo o sección, RELATA o repite de memoria lo que has leído, sin buscarlo de nuevo en el libro. Y cuando hayas terminado toda la tarea, haz un REPASO mediante mirar los encabezamientos y determinar qué recuerdas de cada sección. ¡Hay quienes afirman que este método ha ayudado a los estudiantes a retener hasta el 80% de lo que leen!

Un educador dice, además: "Es importante hacer que el estudiante comprenda que ningún hecho existe por sí solo; siempre está relacionado con otra información". Por lo tanto, trata de hallar una relación entre lo que estudias y lo que ya sabes y has experimentado. Busca el valor práctico de lo que estés aprendiendo.

Es interesante notar que el joven que teme a Dios tiene una ventaja al respecto. Pues la Biblia dice: "El temor de Jehová es el principio del conocimiento". (Proverbios 1:7.) Por ejemplo, el aprender las leyes de la física pudiera parecer una tarea desagradable. Pero el saber que "las cualidades invisibles de [Dios] se ven claramente" mediante la creación da mayor significado a lo que aprendes. (Romanos 1:20.) La historia también a menudo tiene datos relacionados con el desarrollo de los propósitos de Jehová. ¡La Biblia hasta habla de siete potencias mundiales (incluso la actual combinación de los Estados Unidos y la Gran Bretaña)! (Revelación 17:10; Daniel, capítulo 7.)

Al relacionar lo que aprendes con lo que sabes o con tu fe cristiana, los hechos comienzan a tener significado para ti; el conocimiento se convierte en entendimiento. Y como observó Salomón: "Para el entendido el conocimiento es cosa fácil". (Proverbios 14:6.)

'Habrá un examen la semana que viene'

Esas palabras no tienen que causarte pánico. En primer lugar, trata de discernir, por los comentarios de tu maestro, el tipo de prueba que será: si tendrá la forma de un ensayo o habrá que escoger la respuesta correcta. Además, los días antes del examen, por lo que el maestro diga, trata de determinar qué aparecerá en el examen. ("El punto siguiente es



Tus padres de seguro se enojarán contigo si obtienes malas calificaciones. Pero si crees que esperan demasiado de ti, habla con ellos sobre eso

muy importante", o: "Asegúrense de recordar que...", son pistas típicas, dice la revista *Senior Scholastic.*) Después repasa tus apuntes, lo que digan los libros de texto y las tareas escolares que hayas hecho.

"Con hierro, el hierro mismo se aguza. Así un hombre aguza el rostro de otro", nos recuerda Salomón. (Proverbios 27:17.) Quizás un amigo o uno de tus padres estaría dispuesto a repasar contigo la información por medio de hacerte preguntas o escucharte mientras relatas lo que se haya considerado en clase. Y entonces, la noche antes del examen, descansa y asegúrate de dormir lo suficiente. "¿Quién de ustedes, por medio de inquietarse, puede añadir un codo a la duración de su vida?", preguntó Jesús. (Mateo 6:27.)

El fracaso

El fracasar en un examen —especialmente después de tu duro esfuerzo por aprobarlo— puede ser aplastador para ti. Pero el educador Max Rafferty nos recuerda esto: "Mientras vivamos, se nos califica de acuerdo con lo que sepamos y lo hábiles que seamos en conseguir resultados [...] La escuela que engaña a los niños haciéndoles creer que la vida siempre será un tiempo de felicidad no es escuela. Es una fábrica de sueños". La humillación de fracasar en un examen pudiera valer la pena si ello te impulsa a aprender de tus errores y a mejorar.

Pero ¿qué hacer en cuanto a encararte con malas calificaciones a tus desilusionados padres? El temor a ello a veces ha dado lugar a tácticas elaboradas de evasión. "Yo ponía mi libreta de calificaciones sobre la mesa de la cocina, subía al

cuarto y trataba de dormir hasta el día siguiente", recuerda un joven. "Lo que yo hacía —dice otro— era esperar hasta el último minuto para mostrar las calificaciones a mi madre. Se las enseñaba por la mañana cuando ella estaba para salir hacia su empleo, y le decía: 'Tienes que firmar esto'. Ella no tenía tiempo para decirme nada"... al menos no en aquel momento. ¡Algunos jóvenes hasta han falsificado las calificaciones en sus libretas!

Sin embargo, tus padres tienen derecho a saber cómo te va en la escuela. Naturalmente, ellos esperan que tus calificaciones sean un reflejo de lo que puedes hacer, y si no están a la altura de lo que puedes dar, sería de esperarse que recibieras bien merecida disciplina. Por eso, sé honrado con tus padres. "Escucha [...] la disciplina de tu padre, y no abandones la ley de tu madre." (Proverbios 1:8.) Si crees que esperan demasiado de ti, habla sobre eso con ellos. (Ve la sección "¿Cómo puedo decírselo a mis padres?", en el capítulo 2.)

Aunque las calificaciones son importantes, no son lo que finalmente determina cuánto vales como persona. Con todo, aprovecha el tiempo que pases en la escuela y aprende cuanto puedas. Generalmente ese esfuerzo se reflejará en calificaciones que harán que tanto tú como tus padres se sientan felices y satisfechos.

Preguntas para consideración **_Capítulo 18_**

- ☐ ***¿Qué propósito tienen las calificaciones, y por qué es importante verlas con un punto de vista equilibrado?***
- ☐ ***¿Por qué es importante que aceptes tu responsabilidad de aprender?***
- ☐ ***¿Qué cosas debes considerar sobre las actividades extracurriculares?***
- ☐ ***¿De qué maneras puedes mejorar tus calificaciones?***
- ☐ ***¿Cómo puedes prepararte para los exámenes?***
- ☐ ***¿Cómo deberías ver un fracaso? ¿Deberías ocultarlo de tus padres?***

¿Por qué no me dejan tranquilo los muchachos?

Algo en el caminar del muchacho lo delata. Está tenso e inseguro, obviamente desorientado por los nuevos alrededores. Los otros estudiantes notan enseguida que es nuevo en la escuela. ¡En minutos lo rodean jóvenes que empiezan a gritarle obscenidades! Muy avergonzado, huye al refugio más cercano... el baño. Resuenan carcajadas.

EL HOSTIGAR, gastar bromas e insultar a otros son crueles pasatiempos de muchos jóvenes. Aun en tiempos bíblicos, algunos niños manifestaron una actitud muy mala. Por ejemplo, en cierta ocasión unos niños se burlaron del profeta Eliseo. En desprecio a su puesto de profeta, con falta de respeto le gritaron: "¡Sube, calvo! ¡Sube, calvo!". (2 Reyes 2:23-25.) Hoy también muchos jóvenes tienden a insultar y a decir cosas que hieren a otros.

"Yo era el enano de mi clase de noveno año —recuerda uno de los escritores del libro *Growing Pains in the Classroom* (Dolores de crecimiento en la escuela)—. El ser el niño más inteligente y también el de más baja estatura de la clase era una combinación desastrosa para la escuela secundaria inferior: los que no me golpeaban por ser bajito, me golpeaban por ser inteligente. Además de llamarme 'cuatro ojos', me llamaban 'diccionario ambulante', y me aplicaban otros 800 epítetos [palabras insultantes]." El autor del libro *The Loneliness of Children* (La soledad de los niños) añade: "Los niños que tienen limitaciones físicas o dificultades al hablar, o que manifiestan obvias rarezas físicas o de comportamiento, son el blanco de la burla de otros niños".

A veces los jóvenes se defienden entrando con los de-

más en una cruel competencia: unos a otros se gritan insultos cada vez más hirientes (esto incluye a menudo la mención de los padres). Pero muchos jóvenes están sin defensa ante la molestia constante de otros. Un joven recuerda que ciertos días, por las bromas y las molestias de sus compañeros, estaba tan temeroso y se sentía tan infeliz que 'le daban náuseas'. No podía concentrarse en sus estudios al pensar en lo que los demás estudiantes le harían.

No es cosa de risa

¿Has sido víctima de las bromas pesadas de otros jóvenes? Entonces quizás te consuele saber que Dios no ve esa conducta como cosa de risa. Considera el relato bíblico de una fiesta que se hizo para celebrar el destete de Isaac, hijo de Abrahán. Parece que por envidia, debido a la herencia que Isaac recibiría, Ismael, hijo mayor de Abrahán, empezó 'a burlarse' de Isaac. Sin embargo, lejos de ser una diversión inofensiva, aquella burla en verdad era 'persecución'. (Gálatas 4:29.) Sara, la madre de Isaac, se dio cuenta de que tras aquel bromear había hostilidad. Lo consideró un insulto al propósito de Jehová de producir una "descendencia", o Mesías, mediante su hijo Isaac. A petición de Sara, tanto Ismael como su madre fueron despedidos de la casa de Abrahán. (Génesis 21:8-14.)

De manera similar, no es cosa de risa el que unos jóvenes te causen angustia con su mal comportamiento... especialmente cuando lo hacen porque te esfuerzas por



Muchos jóvenes son objeto de la burla de otros

¿Cómo evitar que me golpeen?

'Uno se juega la vida *cuando va a la escuela.' Eso dicen muchos estudiantes. Pero el portar un arma no es sabio, y es buscarse problemas. (Proverbios 11:27.) Entonces, ¿cómo puedes protegerte?*

Averigua cuáles son los lugares peligrosos, y evítalos. *Los pasillos, las escaleras y los vestuarios son lugares peligrosos en algunas escuelas. Y tan mala reputación tienen los baños o lavabos como centros de reunión para peleas y el uso de drogas que muchos jóvenes prefieren sufrir incomodidad a usarlos.*

Cuidado con tu compañía. *Puede que un joven se halle en medio de una pelea sólo por asociarse con quienes no debe hacerlo. (Lee Proverbios 22:24, 25.) Por supuesto, el volver la espalda a tus condiscípulos pudiera alejarlos de ti o convertirlos en tus enemigos. Si eres amigable y cortés con ellos, quizás se sientan más inclinados a dejarte tranquilo.*

Evade las peleas. *Evita el 'forzar a una confrontación'. (Gálatas 5:26, nota al pie de la página.) Aunque venzas en una pelea, el vencido pudiera simplemente esperar el momento oportuno para desquitarse. Así que primero trata de razonar con la otra persona para ver si puedes evitar una pelea. (Proverbios 15:1.) Si el hablar no surte efecto, aléjate andando —o hasta corriendo— de una confrontación violenta. Recuerda: "Un perro vivo está en mejor situación que un león muerto". (Eclesiastés 9:4.) Como último recurso, toma cualesquier medidas razonables que sean necesarias para protegerte y defenderte. (Romanos 12:18.)*

Habla con tus padres. *Los jóvenes "rara vez hablan a sus padres sobre las situaciones aterradoras que afrontan en la escuela, por temor de que los padres crean que son cobardes o de que los regañen por no hacer frente a los peleones" (The Loneliness of Children [La soledad de los niños]). Pero la intervención de un padre pudiera ser la única manera de resolver el problema.*

Órale a Dios. *Dios no garantiza que no recibirás daño físico. Pero puede darte el valor que precisas para encararte a las confrontaciones y la sabiduría necesaria para calmar los ánimos y aliviar la situación. (Santiago 1:5.)*



vivir según las normas bíblicas. Por ejemplo, a los jóvenes cristianos se les conoce porque comparten con otras personas su fe. Pero, como dijo un grupo de jóvenes testigos de Jehová: "Los muchachos de la escuela se burlan de nosotros porque predicamos de casa en casa, y nos insultan por ello". Sí; como en el caso de los siervos fieles de Dios de la antigüedad, muchos jóvenes cristianos experimentan "prueba por mofas". (Hebreos 11:36.) ¡Estos jóvenes merecen encomio por su valor al aguantar esos insultos!

Por qué lo hacen

Pero tú quizás te preguntes qué hacer para que los que te atormentan te dejen tranquilo. En primer lugar, piensa en por qué se burlan de ti. "Aun en la risa el corazón puede estar con dolor", dice la Biblia en Proverbios 14:13. Hay risa entre los jóvenes que se burlan de otros, pero ellos no están 'clamando gozosamente a causa de la buena condición de corazón'. (Isaías 65:14.) Muchas veces la risa es un medio de ocultar angustia interna. Tras su dureza, puede que los que te causan molestia se estén diciendo: 'No estamos contentos con lo que somos, pero al humillar a otros nos sentimos mejor'.

También la envidia lleva a los ataques. Recuerda el relato bíblico del adolescente José, cuyos hermanos se volvieron contra él porque era el favorito de su padre. La intensa envidia que los dominó no solo hizo que hablaran mal de él, ¡sino hasta que pensaran en asesinarlo! (Génesis 37:4, 11, 20.) Hoy también el que un estudiante sea muy inteligente o disfrute del aprecio de los maestros pudiera



El que se burla quiere gozar por tu angustia. Si te desquitas o te echas a llorar, pudieras animarlo en su proceder

despertar envidia en sus compañeros de clase. Creen que con los insultos pueden bajarlo de nivel.

Como se ve, la inseguridad, la envidia y la poca estima que tienen de sí mismos los que se burlan son las causas de sus actos. Entonces, ¿por qué deberías perder tu estima de ti mismo porque algún joven inseguro haya perdido la estima suya?

Cómo poner fin a la burla

"Feliz es el hombre que [...] en el asiento de los burladores no se ha sentado", dice el salmista. (Salmo 1:1.) Lo único que logra el imitar a los burladores para desviar de ti la atención es alimentar el ciclo de insultos. "No devuelvan mal por mal a nadie. [...] Sigue venciendo el mal con el bien", es el consejo de Dios. (Romanos 12:17-21.)

Eclesiastés 7:9 añade: "No te des prisa en tu espíritu a sentirte ofendido, porque el ofenderse es lo que descansa en el seno de los estúpidos". Sí, ¿por qué tomar tan en serio las bromas? Es cierto que duele el que alguien se burle de tu apariencia física o vea razón para chiste en tus defectos faciales. Pero esas expresiones, por faltas de buen gusto que sean, no se hacen necesariamente con mala intención. Por eso, si alguien en su inocencia —o tal vez no tan inocentemente— te hiere donde ya te duele, ¿por qué deprimirte? Si lo que se te dice no es obsceno ni irrespetuoso, trata de ver si hay algo gracioso en ello. Hay "tiempo de

reír", y el ofenderse uno por bromas hechas de juego pudiera ser una reacción exagerada. (Eclesiastés 3:4.)

Pero ¿qué hay si el bromear es cruel o hasta violento? Recuerda que el que se burla quiere divertirse con tu reacción, gozar por tu angustia. El desquitarte, ponerte a la defensiva o echarte a llorar pudiera animarlo a seguir causándote molestia. ¿Por qué darle la satisfacción de verte enojado? Muchas veces, la mejor manera de encararse a los insultos es no haciéndoles caso.

El rey Salomón también dijo: "Además, no des tu corazón a todas las palabras que hable la gente ["No hagas caso de todo lo que se dice", *Versión Popular*], para que no oigas a tu siervo invocar el mal contra ti. Porque tu propio corazón sabe bien, aun muchas veces, que tú, hasta tú, has invocado el mal contra otros". (Eclesiastés 7:21, 22.) El 'dar tu corazón' a los dichos hirientes de los burladores significaría que das demasiada importancia a cómo te juzgan. ¿Tienen razón en lo que dicen? Al apóstol Pablo lo atacaron injustamente unos judíos que le tenían envidia, pero él contestó: "Pues para mí es asunto de ínfima importancia el que yo sea examinado por ustedes o por un tribunal humano. [...] El que me examina es Jehová". (1 Corintios 4:3, 4.) La relación que Pablo tenía con Dios era tan fuerte que podía, con confianza y fortaleza interna, resistir ataques injustos.

Tras su dureza, puede que los que se burlan estén diciendo: 'No estamos contentos con lo que somos, pero al humillar a otros nos sentimos mejor'

Deja resplandecer tu luz

A veces puede que otros se burlen de ti por tu modo de vivir cristiano. Jesucristo mismo tuvo que aguantar tal "habla contraria". (Hebreos 12:3.) Jeremías también 'vino a ser objeto de risa todo el día' porque proclamaba con valor el mensaje de Jehová. Tan persistente fue la burla que Jere-

mías perdió temporalmente el deseo de seguir testificando. "No voy a hacer mención de él [Jehová], y no hablaré más en su nombre", decidió. Pero su amor a Dios y a la verdad finalmente lo impulsaron a vencer su temor. (Jeremías 20:7-9.)

Hoy día, algunos jóvenes cristianos también se han desanimado. Deseosos de que las bromas cesen, algunos han tratado de ocultar que son cristianos. ¡Pero muchas veces sucede que al fin el amor a Dios los mueve a vencer su temor y a 'dejar resplandecer su luz'! (Mateo 5:16.) Por ejemplo, un adolescente dijo: "Cambié de actitud. Dejé de ver como una carga el ser cristiano y empecé a verlo como algo de lo cual debería estar orgulloso". Tú también puedes 'jactarte' por tener el privilegio de conocer a Dios y de ser un instrumento de él para ayudar a otros. (1 Corintios 1:31.)

Sin embargo, no te ganes la hostilidad de otros por criticarlos constantemente, ni darles la impresión de que te crees superior a ellos. Al surgir oportunidades de compartir



Trata de mostrar buen sentido del humor cuando bromeen contigo

tu fe, hazlo, pero con "genio apacible y profundo respeto". (1 Pedro 3:15.) Tu reputación de conducta excelente podría llegar a ser tu mayor protección en la escuela. Aunque a otros quizás no les agrade tu posición valerosa y firme, en muchos casos te respetarán por ella aunque sea a regañadientes.

Un grupo de niñas acostumbraba golpear, empujar y arrebatarle libros de las manos a una joven llamada Vanessa, todo para provocarla a pelear. Hasta le derramaron un batido de chocolate sobre la cabeza y su limpio traje blanco. Pero ella no cedió a la provocación. Algún tiempo después, ¡Vanessa se encontró con la líder de aquel grupo en una asamblea de los testigos de Jehová! "Te odiaba... —le dijo aquella joven—. Quería verte perder la calma aunque fuera una sola vez." Sin embargo, su curiosidad por saber cómo Vanessa podía mantener la compostura la movió a aceptar un estudio bíblico con los testigos de Jehová. "Me encariñé con lo que aprendí —dijo—, y mañana voy a bautizarme."

Por eso, no dejes que el "habla contraria" de otros jóvenes quebrante tu espíritu. Cuando sea apropiado, muestra un buen sentido del humor. Paga con bien el mal. No alimentes las llamas de la riña, y puede que con el tiempo los que te molestan no hallen tanto placer en tenerte como blanco de su burla, pues "donde no hay leña, se apaga el fuego". (Proverbios 26:20.)

Preguntas para consideración **_Capítulo 19_**

- □ *¿Cómo ve Dios a los que se burlan cruelmente de otras personas?*
- □ *¿Qué hay a menudo tras la burla constante de los jóvenes?*
- □ *¿Cómo puedes restar fuerza a la burla, o hasta detenerla?*
- □ *¿Por qué es importante que 'dejes resplandecer tu luz' en la escuela, aunque otros se burlen de ti?*
- □ *¿Qué medidas puedes tomar para protegerte de la violencia en la escuela?*

¿Cómo puedo llevarme bien con mi maestro?

UNA jovencita llamada Vicky dice: "No puedo aguantar a un maestro injusto". Puede que tú pienses como ella. Sin embargo, en una encuesta de unos 160.000 jóvenes estadounidenses hecha en 1981, ¡el 76% de ellos acusó a sus maestros de alguna forma de favoritismo!

A los jóvenes no les gusta recibir una calificación baja por un trabajo que consideren bueno. Se resienten cuando la disciplina parece excesiva o inmerecida, o si parece que se debe a prejuicio racial. También se enojan cuando el maestro da atención especial o trato preferente a su alumno favorito.

Hay que reconocerlo: los maestros no son infalibles. Tienen sus particularidades, problemas y, sí, prejuicios. Con todo, la Biblia advierte: "No te des prisa en tu espíritu a sentirte ofendido". (Eclesiastés 7:9.) Hasta los maestros 'tropiezan muchas veces. Si alguno no tropieza en palabra, es un varón perfecto, que puede refrenar también su cuerpo entero'. (Santiago 3:2.) Por lo tanto, ¿puedes dar a tu maestro el beneficio de la duda?

La atención dada a alumnos favoritos tiende a provocar resentimiento

Un joven llamado Freddy notó que su maestro "contestaba con brusquedad" a todo el que le hablaba. Freddy abordó prudentemente al maestro y descubrió por qué estaba de mal humor. "Es que tuve un problema con el auto esta mañana —explicó el maestro—. Se recalentó de camino a la escuela y llegué tarde al trabajo."

Los maestros y sus alumnos favoritos

¿Qué hay del trato especial de los maestros a sus alumnos favoritos? Recuerda que un maestro afronta exigencias y presiones singulares. El libro *Being Adolescent* (En la adolescencia) dice que los maestros son personas que se encaran a una "situación difícil", pues tienen que atraerse la atención de un grupo de jóvenes "que por lo general tienen la mente puesta en otros asuntos [...] Tienen ante sí a un grupo de adolescentes muy caprichosos, jóvenes que se distraen fácilmente y que por lo general no están acostumbrados a concentrar la atención en nada que dure más de 15 minutos".

¿Debería ser raro, pues, que el maestro diera atención especial a un alumno que estudia mucho, que presta atención, o que lo trata con respeto? Es cierto que quizás te moleste que a los supuestos aduladores se les conceda más atención que a ti. Pero ¿por qué sentirte molesto o celoso porque algún estudiante diligente sea el favorito del maestro, con tal que no se pasen por alto tus necesidades educativas? Además, no sería mala idea que tú mismo fueras un poco más diligente en los estudios.

Guerra en la sala de clases

Un estudiante dijo esto de su maestro: "Creía que le habíamos declarado la guerra, y decidió atacarnos primero. Era un paranoico". Sin embargo, muchos maestros opinan que tienen razones para ser un poco "paranoicos". Como lo predice la Biblia, estos son "tiempos críticos, difíciles de manejar", y a menudo los estudiantes 'no tienen autodominio, y son feroces y sin amor del bien'. (2 Timoteo 3:1-3.) Así, la revista *U.S.News & World Report* dijo: "El temor a la violencia domina la vida de los maestros de muchos distritos escolares urbanos".



Roland Betts, quien fue maestro, dice respecto a los

‘¡Mi maestro es aburrido!’

El libro The Family Handbook of Adolescence (Manual de la adolescencia para la familia) dice: “Unas encuestas muestran que la mayoría de los estudiantes adolescentes se quejan de que sus maestros son aburridos o no tienen sentido del humor”. Es posible que, tarde o temprano, tú también tengas un maestro que sea “lo más aburrido que pueda haber”. ¿Qué puedes hacer?

Un experimento reciente reveló que el nivel de concentración del adolescente es bastante elevado en los cursos de artes mecánicas, educación física y música. Sin embargo, disminuye notablemente en los cursos de idioma e historia.

¿Estarán más dotados para la enseñanza los maestros de educación física o música que los de materias académicas? Eso no parece probable. Es obvio que muchos estudiantes sencillamente tienen una actitud negativa respecto a las materias académicas. Y si los estudiantes deciden de antemano que cierta materia es aburrida, ¡hasta a un maestro con la aptitud de Sócrates se le haría difícil retener su atención! ¿Pudiera ser, entonces, que solo se requiera que cambies de actitud respecto a ciertas materias? El que te intereses más en lo que estás aprendiendo pudiera hacerte menos aburrida la escuela.

A veces hasta los estudiantes que se interesan en aprender se quejan de que tienen maestros “malos”. Pero ¿qué es, exactamente, un “buen” maestro? Una jovencita dijo: “Me gusta mi maestra de matemáticas porque es muy divertida”. Cierto muchacho elogió a su maestro de inglés porque ‘contaba muchos chistes’.

Pero aunque el ser simpático o hasta divertido puede ser una buena cualidad en un maestro, no hay que negar el hecho de que debe estar ‘adecuadamente capacitado para enseñar a otros’. (2 Timoteo 2:2.) Aunque aquí la Biblia se refiere a aptitud espiritual, subraya el hecho de que un buen maestro debe conocer bien la materia que enseña.



Lamentablemente, el conocimiento y una personalidad amena no siempre van juntos. Por ejemplo, el apóstol Pablo era un muy capacitado instructor de la Palabra de Dios. Con todo, algunos cristianos de aquel tiempo se quejaban de que 'su presencia en persona era débil, y su habla desdeñable'. Pablo contestó: "Aunque yo sea inexperto en el habla, ciertamente no lo soy en conocimiento". (2 Corintios 10:10; 11:6.) Los que pasaban por alto su enseñanza y veían solamente sus supuestas faltas de orador perdían la oportunidad de obtener conocimiento valioso. ¡No cometas el mismo error con relación a la escuela! Antes de descartar a un maestro porque te parece "malo", pregúntate: '¿Muestra que sabe lo que dice? ¿Puedo aprender de él?'.

Quizás tengas que prestar más de la acostumbrada atención al maestro que te aburre. Procura hacer apuntes para fijar la atención en lo que dice. Complementa las consideraciones aburridas en clase con más estudio en casa.

Barbara Mayer, quien es maestra, añade: "Los maestros, que probablemente han repetido las mismas lecciones hasta la saciedad, tienden a hacerse rutinarios". ¿Qué puedes hacer tú para que la clase te sea más interesante? "Levanta la mano y pide más información [...] Haz que el maestro te diga todo cuanto sabe." ¿Se molestará él por eso? No si lo haces de manera respetuosa. (Colosenses 4:6.) Mayer dice: "Descubrirás que el maestro vendrá a clase mejor preparado y no solo con información superficial".

El entusiasmo es contagioso, y puede que tu deseo de aprender infunda alguna vida en tu maestro. Por supuesto, no esperes una transformación repentina. Quizás haya clases en las que lo único que podrás hacer será aguantar la situación. Pero si eres buen oyente y te interesas sinceramente en lo que se presenta allí, podrás aprender... hasta de un maestro aburrido.



La ola creciente de violencia en las escuelas ha hecho difícil la tarea del maestro

maestros: "Los niños creen que la responsabilidad inherente a ellos es [...] empujar y aguijonear [figurativamente] a los maestros para ver cuánto aguantan antes de que finalmente pierdan la razón [...] Cuando les parece que han llevado a un maestro nuevo hasta la desesperación, entonces empujan un poco más". ¿Has participado tú —o tus condiscípulos— en hostigar así a tu maestro? Entonces no te sorprendas por su reacción.

La Biblia dice: "La mera opresión puede hacer que un sabio se porte como loco". (Eclesiastés 7:7.) En el ambiente de temor y falta de respeto que reina en algunas escuelas, es de esperar que algunos maestros reaccionen de modo extremo y apliquen la disciplina con rigor. El libro *The Family Handbook of Adolescence* (Manual de la adolescencia para la familia) comenta: "Por lo general los estudiantes que [...] por su comportamiento dan a entender que menosprecian las creencias de sus maestros son a su vez menospreciados por estos". Sí, ¡muchas veces son los estudiantes quienes crían hostilidad en el maestro!

Además, considera los efectos de las bromas pesadas en la sala de clases. Una joven llamada Valerie no exagera cuando habla de "la tortura, el tormento" que tienen que aguantar los maestros suplentes. Roland Betts añade: "Los alumnos acosan sin piedad a los maestros suplentes; a menudo hasta los llevan a la depresión nerviosa". Seguros de que se saldrán con la suya, los estudiantes se deleitan en

tener ataques repentinos de torpeza... dejando caer a la misma vez los libros o los lápices. O quizás traten de frustrar al maestro 'haciéndose los tontos', fingiendo que no entienden nada de lo que él dice. "Saboteamos por diversión", explica el joven Bobby.

Sin embargo, si siembras crueldad en la sala de clases, no te sorprendas de que el resultado sea un maestro hostil y malo. (Compara con Gálatas 6:7.) Recuerda la regla áurea: "Por lo tanto, todas las cosas que quieren que los hombres les hagan, también ustedes de igual manera tienen que hacérselas a ellos". (Mateo 7:12.) No participes en las bromas pesadas de los alumnos en la clase. Presta atención a lo que dice el maestro. Coopera. Con el tiempo, puede que su actitud sea menos hostil... al menos en lo que toca a ti.

'No le caigo bien a mi maestro'

A veces un choque de personalidades o algún malentendido resulta en que tu maestro se enoje contigo; la curiosidad pudiera confundirse con rebelión, y un leve capricho con tontedad. Y si un maestro te mira con antipatía, puede que se sienta inclinado a avergonzarte o humillarte. Puede desarrollarse animosidad entre ustedes.

"El temor a la violencia domina la vida de los maestros de muchos distritos escolares urbanos."
—U.S.News & World Report

La Biblia dice: "No devuelvan mal por mal a nadie. [...] Si es posible, en cuanto dependa de ustedes, sean pacíficos con todos los hombres". (Romanos 12:17, 18.) Trata de no contrariar a tu maestro. Evita las confrontaciones innecesarias. No le des causa legítima de queja. De hecho, trata de ser amigable. '¿Amigable? *¿Con él?*', puede que te preguntes. Sí; despliega buenos modales saludándolo respetuosamente cuando llegues a la sala de clases. Si persistes en tratarlo con cortesía, y de vez en cuando sonríes, bien pudiera ser que él cambiara de opinión respecto a ti. (Compara con Romanos 12:20, 21.)

Si te parece que se ha cometido una injusticia, aborda respetuosamente a tu maestro



Es cierto que una sonrisa no siempre te va a sacar de una situación difícil. Pero Eclesiastés 10:4 aconseja: "Si el espíritu de un gobernante [o de una persona en autoridad] se levantara contra ti [mediante castigarte], no dejes tu propio lugar, porque la calma misma templa grandes pecados". Recuerda, además, que "la respuesta, cuando es apacible, aparta la furia". (Proverbios 15:1.)

'Merecía mejor calificación'

Esa es una queja común. Trata de considerar a fondo el problema con tu maestro. La Biblia nos cuenta cómo Natán se encargó de la difícil tarea de poner al descubierto una falta grave que el rey David había cometido. Natán no entró en el palacio lanzando acusaciones, sino que habló a David con prudencia. (2 Samuel 12:1-7.)

Tú también pudieras abordar humilde y *apaciblemente* a tu maestro. Bruce Weber, ex maestro, nos recuerda: "La rebelión del alumno provoca obstinación en el maestro. No conseguirás nada con vociferar, encolerizarte ni alegar que se ha cometido una injusticia crasa y jurar venganza". Trata de abordar la situación como lo haría un adulto. Pudieras empezar por pedir a tu maestro que te ayude a entender el sistema que usa para calificar. Luego, dice Weber, puedes "tratar de probar que has sido víctima de un descuido o una equivocación, y no de falta de buen juicio. Usa el mismo sistema de calificar de tu maestro; muéstrale dónde te parece que se ha cometido un error al calificarte". Aunque esto no resulte en que se cambie tu calificación, la madurez que muestres pudiera dejar una impresión positiva en tu maestro.

Informa del asunto a tus padres

Pero puede que a veces no baste con hablar. Considera la experiencia de Susan. Ella era una estudiante sobresaliente, y le chocó que una de sus maestras empezara a darle malas calificaciones. ¿Qué pasaba? Susan era testigo de Jehová, y su maestra casi confesó que por eso le tenía antipatía. "Me sentía frustrada —dice Susan—, y no sabía qué hacer."

Susan recuerda: "Me armé de valor y hablé con mi madre [no hay padre en su casa] sobre esta maestra. Ella dijo: 'Bueno, quizás yo pueda hablar con tu maestra'. Y durante una reunión de padres y maestros abordó a mi maestra y le preguntó qué problema existía. Yo creía que mi madre se iba a enfadar mucho, pero no fue así. Fue y le habló con calma". La maestra hizo arreglos para que Susan pasara a estar bajo otra maestra.

Hay que reconocer que no todas las situaciones enredadas tienen un desenlace feliz, y a veces uno simplemente tiene que aguantar. Pero si puedes coexistir pacíficamente con tu maestro durante este período académico, puedes estar a la espera del año próximo, cuando tendrás un nuevo comienzo, quizás otros condiscípulos... y quizás hasta otro maestro con el cual aprender a llevarte bien.

Preguntas para consideración — *Capítulo 20*

- ☐ *¿Qué puntos pudieras tener presentes sobre un maestro que no fuera justo contigo?*
- ☐ *Muchas veces, ¿qué lleva a los maestros a dar tanta atención a los llamados alumnos favoritos?*
- ☐ *¿Cómo puedes aprender de un maestro que parece aburrido?*
- ☐ *¿Por qué dan algunos maestros una impresión de hostilidad contra los estudiantes?*
- ☐ *¿Cómo puedes aplicar la regla áurea en la sala de clases?*
- ☐ *¿Qué puedes hacer si te parece que has recibido una calificación injusta o trato injusto?*

¿Cómo puedo conseguir (¡y conservar!) un empleo?

EN UNA encuesta publicada en la revista *Senior Scholastic* se preguntó a unos jóvenes estadounidenses en su último año de escuela secundaria qué metas consideraban "muy importantes" en la vida. El 84% de los entrevistados respondió: "Poder hallar empleo fijo".

Quizás quieras conseguir un trabajo que puedas hacer después de las horas de clase para sufragar tus gastos personales o del hogar. O un trabajo de media jornada para mantenerte mientras sirves como evangelizador de tiempo completo. (Ve el capítulo 22.) De todos modos, la inflación mundial y la demanda limitada de obreros no especializados han hecho cada vez más difícil para los jóvenes conseguir empleo. Entonces, ¿cómo puedes entrar con facilidad en el mercado laboral?

La escuela... adiestramiento para el trabajo

Cleveland Jones, quien tiene muchos años de experiencia como contratante de empleados, ofrece este consejo: "Obtén una buena educación en la escuela secundaria. Es importante que aprendas a leer, escribir y hablar correctamente. Aprende también a comportarte con decoro, para que puedas tratar con la gente del mundo del trabajo".

"Es importante que aprendas a leer, escribir y hablar correctamente"

Un conductor de autobuses debe poder leer los horarios de llegadas y salidas. Los obreros de las fábricas tienen que saber llenar ciertos informes al terminar el trabajo. De los vendedores se espera que sepan calcular. En casi todo tipo

de empleo se requieren aptitudes relacionadas con la comunicación, y puedes adquirirlas en la escuela.

La persistencia da resultado

"Si ya has salido de la escuela y estás buscando trabajo, nunca te des por vencido —dice el contratante Jones—. No vayas a dos o tres entrevistas para después irte a casa y sentarte a esperar. Así nunca te llamarán para un empleo." Cierto joven llamado Sal buscó empleo durante siete meses antes de conseguir un contrato. Sal explica: "Me decía a mí mismo: 'Mi trabajo es hallar empleo'. Durante siete meses dediqué ocho horas, cada día laborable, a buscar empleo. Empezaba temprano por la mañana y 'trabajaba' hasta las cuatro de la tarde. Muchas noches tenía los pies adoloridos. Al día siguiente tenía que animarme mentalmente para empezar la búsqueda".

¿Qué impidió que Sal se diera por vencido? "Cada vez que me hallaba en una agencia de empleo —contesta él— recordaba lo que dijo Jesús: 'Esfuércense vigorosamente'. Seguía pensando que algún día hallaría trabajo y que mi



Las aptitudes que adquieras en la escuela pueden ser valiosas para ti en un empleo

Preparación para entrevistas al buscar empleo

***"Antes de ir** a una entrevista para conseguir empleo, recuerda que las primeras impresiones son duraderas", dice el consejero Cleveland Jones. Él recomienda no presentarse con pantalones vaqueros ni zapatos de lona a una entrevista, y recalca el ir vestido nítidamente. El patrono a menudo llega a la conclusión de que, como la persona viste, así trabaja.*

***Cuando solicites** empleo de oficina, vístete como se vestiría el hombre (o la mujer) de negocios. Si solicitas trabajo en una fábrica, lleva camisa y pantalones limpios y planchados, y dale brillo a los zapatos. Si eres mujer, vístete con modestia y maquíllate moderadamente. Y si solicitas trabajo en una oficina usa medias y zapatos de vestir como complemento de ropa conservadora.*

***Al ir** a la entrevista, siempre ve solo, es el consejo de Jones. Si tu mamá o algún amigo te acompaña a la entrevista, el patrono pudiera pensar que eres inmaduro.*

***'Y si** el patrono quiere saber si ya he tenido experiencia laboral, ¿qué le digo?', quizás te preguntes. No exageres. Los patronos suelen darse cuenta de las exageraciones. Sé sincero.*

***Puede que no** te hayas dado cuenta de ello, pero probablemente has tenido alguna experiencia laboral previa aunque esta sea la primera vez que "de veras" busques empleo. ¿Habrás trabajado brevemente alguna vez durante el verano? ¿Cuidaste niños alguna vez?*

situación del momento sería cosa del pasado." (Lucas 13:24.)

Dónde hallar empleo

Si vives en una zona rural, pudieras empezar a buscar trabajo en las granjas o los huertos locales, u ofrecerte para atender jardines y patios de las casas. Si vives en un pueblo grande o en una ciudad, busca en los periódicos la sección de ofertas de empleo. Esos anuncios pueden darte alguna idea de los requisitos para ciertos tipos de empleo y pueden ayudarte a explicar al patrono por qué satisfaces esos requi-

¿Se te asignó para hacer regularmente algún trabajo doméstico en casa? ¿Se te dio la responsabilidad de atender ciertos deberes en el lugar de adoración al que asistes? ¿Has recibido adiestramiento en hablar en público? Si así es, entonces puedes mencionar esas cosas en la entrevista, o alistarlas en el resumen que entregas para mostrar que puedes atender responsabilidades.

***Otro** asunto importante para los patronos es cuánto interés demuestras en su empresa y en el empleo que ofrecen. Tienes que convencerlos de que quieres hacer el trabajo y lo puedes hacer. La actitud del que está interesado solo en su propio provecho hará que el entrevistador pierda rápidamente su interés en ti.*



***El solicitar** y conseguir empleo de tiempo completo o de media jornada es un desafío que puedes afrontar con éxito. Y cuando ese empleo te sirve de medio para ayudar a otras personas y no solo ayudarte a ti mismo, entonces la satisfacción es otro beneficio que derivas de él.*

sitos. Tus padres, tus maestros, agencias de empleo, oficinas de personal, tus amigos y vecinos son otras útiles fuentes de información.

Cómo mantener tu empleo

Es triste que, cuando surgen presiones económicas que causan desempleo, se despide primero a la gente más joven. Pero eso no tiene que sucederte a ti. El contratante Jones dice: "Los que logran mantenerse en su empleo son los que están dispuestos a trabajar y a hacer lo que el patrono les pida".

Tu actitud es tu estado mental: cómo ves tu trabajo, a las personas para quienes trabajas y a tus compañeros de trabajo. Esa actitud se reflejará en la calidad del trabajo que hagas. El patrono juzgará tu valía no solo por la cantidad de trabajo que hagas, sino también por tu actitud.

Jones pasa a decir: "Tienes que mostrarle al patrono que no solo puedes seguir instrucciones, sino también hacer más de lo que se pide de ti sin que se te supervise constantemente. En un mercado laboral reducido los trabajadores que siguen en su empleo no son necesariamente los que han estado en la empresa por más tiempo, sino los que producen".

Sal se dio cuenta de lo cierto de ese hecho. Dice: "Siempre trataba de adaptarme a las necesidades de mi patrono. Estaba dispuesto a hacer ajustes en mi horario cuando era necesario, a seguir instrucciones y a ser respetuoso con mis supervisores". Esto nos recuerda la exhortación bíblica: "Obedezcan en todo a quienes aquí en la tierra son sus amos, no solamente cuando ellos los estén mirando, para quedar bien con ellos, sino de corazón sincero, por temor al Señor". (Colosenses 3:22, *Versión Popular.*)

Cómo vencer el temor

Si eres nuevo en tu empleo, es normal que sientas cierto temor durante los primeros días. Quizás te preguntes: '¿Les caeré bien? ¿Podré hacer el trabajo? ¿Les agradará mi modo de trabajar? Espero que no crean que soy un tonto'. Tienes que ser cuidadoso en esto, o tus temores acabarán poco a poco con tu punto de vista positivo.

"Me decía a mí mismo: 'Mi trabajo es hallar empleo'"

Puedes adaptarte más rápidamente, y calmar tus nervios si aprendes más sobre la compañía. Observa, escucha y lee. *Al momento oportuno,* haz a tu supervisor preguntas razonables sobre tu trabajo y tu rendimiento; no parecerás tonto. Pregúntate: '¿Cómo encaja mi trabajo en el propósito de mi departamento y el de la empre-

Durante la entrevista para conseguir empleo

***Actúa con madurez** y formalidad. Saluda al patrono con el debido respeto. Llámalo "señor"... no "Juan", "mi amigo" ni nada por el estilo.*

***Siéntate derecho** en la silla con los pies bien plantados en el suelo; manténte alerta. Planes hechos de antemano te ayudarán a estar sosegado, sereno y relajado.*

***Piensa** antes de contestar cualquier pregunta. Sé cortés, preciso, sincero y franco. Da todos los detalles. No te jactes.*

***Lleva contigo un registro,** en una hoja de papel, de los empleos que has tenido, la fecha en que trabajaste en cada uno de ellos, lo que te pagaban, la clase de trabajo que hiciste, y por qué no permaneciste en él.*

***Prepárate** para mostrar cómo pueden ayudarte a progresar en el empleo que procuras tu adiestramiento y experiencia.*

***Como referencias,** da el nombre (y la dirección completa) de tres personas de confianza que te conozcan y que sepan cómo trabajas.*

***Muéstrate seguro de ti mismo,** entusiástico, pero no te jactes. Exprésate en buen español y con claridad. No hables demasiado.*

***Escucha** atentamente; sé cortés y discreto. Sobre todo, no te envuelvas en discusión acalorada con tu patrono en perspectiva.*

***Al patrono** solo le interesa lo apto que seas para el empleo. No menciones problemas personales, domésticos ni financieros.*

***Si parece** que no vas a conseguir el empleo, pide el consejo del patrono en cuanto a otros empleos que pudieran surgir en la empresa.*

***Inmediatamente** después de la entrevista, envía al patrono una carta breve en que le des las gracias*.*

** Fuente: El folleto How to "Sell Yourself" to an Employer (Cómo hacerte aceptable a un patrono), publicado por la Oficina de Servicio de Empleos del Estado de Nueva York.*

sa?'. La respuesta puede ayudarte a desarrollar buenos hábitos de trabajo y darte satisfacción en el empleo.

Llévate bien con tus compañeros de trabajo

Al fin y al cabo, todo empleo requiere que tratemos con otros. Por eso, el saber uno llevarse bien con otros es esencial para no perder el empleo. "Si es posible, en cuanto dependa de ustedes, sean pacíficos con todos los hombres."

(Romanos 12:18.) El seguir este consejo puede ayudarte a evitar riñas innecesarias o confrontaciones acaloradas en tu trabajo.

A veces tus compañeros de trabajo tienen antecedentes y personalidades muy diferentes de los tuyos. Pero no creas inferior a alguien sólo porque sea diferente. Respeta su derecho a ser diferente. A nadie le gusta que lo traten con falta de respeto; es como decirle que no es nadie. Todos deseamos que se nos quiera y aprecie... ser alguien. Gánate el respeto de tus compañeros de trabajo y de tu patrono tratándolos con respeto.

Evita el chisme

Sal dice: "El chisme es un escollo peligroso, pues puede dar a tu jefe y a otras personas una mala impresión de ti". Los rumores no son la mejor fuente de información, y hasta pudieran perjudicarte. Por lo general los rumores que circulan son groseras exageraciones que pueden dañar la reputación de otras personas... y la tuya. Por eso, ahoga el impulso de chismear.

Recuerda, además, que a nadie le gustan los quejumbrosos. Si en el trabajo te molesta algo, no lo des a conocer por rumores. Ve y habla con tu supervisor. Sin embargo, no entres en su oficina encolerizado para después lamentarte por las palabras imprudentes que hayas dicho. Además, evita el lazo del ataque personal. Apégate a los hechos. Al describir el problema sé tan claro y honrado como puedas. Tal vez pudieras empezar con una declaración como esta: 'Necesito su ayuda...' o: 'Quizás esté equivocado, pero me parece que...'

La importancia de ser puntual

Dos de las principales razones por las que la gente pierde su empleo son: llegar tarde y faltar al trabajo. El director de una agencia de colocaciones y de adiestramiento de una ciudad industrial grande dijo lo siguiente respecto a los trabajadores jóvenes: "Tienen que aprender a levantarse

temprano y a aceptar órdenes. Si no aprenden estas cosas, persiste el síndrome del desempleo".

Sal aprendió la importancia de la puntualidad de mala manera. "Perdí mi primer empleo después de solo tres meses porque llegaba tarde —suspira él—, y por ello se me hizo más difícil hallar otros trabajos."

El valor de la honradez

Jones, el contratante de empleados, dijo: "La honradez ayuda al trabajador a no perder su empleo". La honradez consiste no solo en no llevarse del trabajo cosas materiales, sino también en no robar tiempo por recesos demasiado largos. Al empleado honrado se le considera valioso y confiable. Por ejemplo, un joven testigo de Jehová que trabajaba en una tienda de ropa fina tenía la reputación de ser honrado.

"Un día —recuerda él— el gerente halló una prenda en el almacén, escondida entre otra ropa. Uno de los empleados estaba llevándose artículos de la tienda. A la hora de cerrar subí a la oficina del gerente, y para sorpresa mía todos los empleados estaban allí. A todos se les sometió a un registro. Solo *a mí* se me exceptuó."

Muchos jóvenes cristianos han tenido experiencias similares y han llegado a ser apreciados en su empleo. Por eso, esfuérzate por hallar trabajo. Sé persistente. No te des por vencido. Y cuando halles el empleo que con tanto empeño has buscado, ¡esfuérzate por conservarlo!

Preguntas para consideración — ***Capítulo 21***

- ☐ ***¿Qué conexión puede haber entre tu trabajo en la escuela y el que puedas hallar empleo?***
- ☐ ***¿Por qué es importante la persistencia al buscar empleo?***
- ☐ ***Al buscar trabajo, ¿dónde puedes investigar, y a quiénes puedes consultar?***
- ☐ ***¿Qué sugerencias útiles se dan para una entrevista al buscar empleo?***
- ☐ ***¿Qué puedes hacer para que no te despidan?***

¿Qué carrera debo escoger?

'¿QUÉ voy a hacer con el resto de mi vida?' Tarde o temprano te enfrentas a esa pregunta desafiante. Tienes delante una confusa variedad de campos de dónde escoger... medicina, negocios, artes, educación, informática, ingeniería, oficios. Y quizás te sientas como el joven que dijo: "Para mí el tener éxito [...] es mantenerse uno en el nivel de comodidad en que se crió". O como otros, puede que sueñes con mejorar de situación financiera en la vida.

Pero ¿podrá ser que el éxito encierre más que únicamente ganancia material? ¿Podrá cualquier carrera seglar traerte un verdadero sentido de logro?

'Todo vana ilusión'

¡Encantadora, excitante, lucrativa! Así suelen describirse las carreras seglares en las películas, la televisión y los libros. Pero, para alcanzar el llamado éxito, los que siempre están procurando un puesto mejor tienden a envolverse en una lucha reñida por reconocimiento. El Dr. Douglas LaBier comenta que jóvenes adultos, muchos de los cuales "tienen carreras técnicas de progreso rápido, informan sentimientos de insatisfacción, ansiedad, depresión, vacuidad, paranoia, y toda una gama de enfermedades físicas".

Hace mucho el rey Salomón reveló la inutilidad del simple éxito mundano. Respaldado por recursos casi ilimitados, Salomón alcanzó una asombrosa variedad de logros profesionales. (Lee Eclesiastés 2:4-10.) Con todo, llegó a esta conclusión: "Y yo, yo mismo, me volví hacia todas las obras mías que mis manos habían hecho, y hacia el duro trabajo que yo había trabajado duro para lograr, y, ¡mira!, todo era vanidad ["me di cuenta de que todo era vana ilusión", *Versión Popular*] y un esforzarse tras viento". (Eclesiastés 2:11.)

Bien puede ser que cierto empleo traiga riquezas y reconocimiento, pero no puede satisfacer las 'necesidades espirituales' de uno. (Mateo 5:3.) Por eso, los que edifican su vida únicamente en torno al éxito seglar no alcanzan satisfacción.

Una carrera que satisface

El rey Salomón aconseja: "La conclusión del asunto, habiéndose oído todo, es: Teme al Dios verdadero y guarda sus mandamientos. Porque este es todo el deber del hombre". (Eclesiastés 12:13.) El deber primordial de los cristianos hoy día es predicar el mensaje del Reino. (Mateo 24:14.) Y los jóvenes que toman en serio su deber ante Dios se sienten impelidos a participar tan de lleno como pueden en esta obra... aunque por naturaleza no se sientan inclinados a predicar. (Compara con 2 Corintios 5:14.) En vez de buscar empleos seglares de tiempo completo, millares de jóvenes han elegido servir como evangelizadores precursores de tiempo completo. Otros sirven de misioneros en el extranjero o en sucursales de la Sociedad Watch Tower.

Bien puede ser que cierto empleo traiga riquezas y reconocimiento, pero no puede satisfacer las 'necesidades espirituales' de uno

Emily, quien dejó una carrera de secretaria ejecutiva para hacerse precursora, dice: "He desarrollado verdadero amor por esta obra". ¡Sí, el ministerio de tiempo completo es la carrera más satisfaciente y excitante que uno puede imaginarse! ¿Y qué privilegio mayor puede haber que el de estar entre los "colaboradores de Dios"? (1 Corintios 3:9.)

La educación universitaria... ¿ventajosa?

La mayoría de los ministros precursores se mantienen mediante trabajo de media jornada. Pero ¿qué pasaría si más tarde tuvieras que mantener una familia? Con toda seguridad uno nunca lamentaría haber dedicado su juventud a servir a Dios. Sin embargo, ¿no tendría sentido el que un joven primero obtuviera un título universitario y quizás después diera atención al ministerio?

Por supuesto, la Biblia no especifica cuántos años de educación debe recibir el joven cristiano. Tampoco condena la educación. Jehová, el "Magnífico Instructor", anima a su pueblo a leer bien y a expresarse con claridad. (Isaías 30:20; Salmo 1:2; Hebreos 5:12.) Además, la educación puede ayudarnos a entender mejor a la gente y al mundo en que vivimos.

Pero ¿vale siempre la pena el enorme compromiso de tiempo y dinero que exige el conseguir un título universitario*? Aunque las estadísticas indican que los graduados universitarios reciben salarios más altos, y que entre ellos hay menos desempleo que entre los graduados de escuela secundaria, el libro *Planning Your College Education* (Planes para tu educación universitaria) nos recuerda que esas estadísticas son simplemente promedios. Solo una minoría de los graduados universitarios reciben realmente enormes salarios; el resto recibe un sueldo mucho más bajo. Además, los altos ingresos que se atribuyen a los graduados de universidad pueden deberse también a factores como "habilidades extraordinarias, motivación, oportunidades de empleo en cierto sector, [...] talentos especiales"... y no simplemente al grado de educación.

"Un título [universitario] ya no garantiza el éxito en el mercado de empleos", dice el Departamento del Trabajo de los Estados Unidos. "La proporción [de graduados universitarios] empleados en ocupaciones profesionales, técnicas y administrativas [...] disminuyó porque tales ocupaciones no se extendieron con la rapidez necesaria para absorber el suministro creciente de graduados. Como resultado, de cada 5 graduados [universitarios] que entraron en el mercado del trabajo entre 1970 y 1984, aproximadamente 1 aceptó un empleo que generalmente no requiere título. Este suministro excesivo de graduados probablemente siga hasta mediados de los años noventa."

---

* En los Estados Unidos, ¡el promedio de gastos por la educación universitaria pasa por mucho de $10.000 (E.U.A.) anualmente! Muchas veces a los estudiantes les toma años saldar su deuda.

Otros hechos que hay que considerar

Un título universitario puede o no mejorar tus perspectivas laborales. Pero hay un hecho indisputable: ¡"El tiempo que queda está reducido"! (1 Corintios 7:29.) Considerando todos sus presuntos beneficios, ¿sería el pasar cuatro años o más en una universidad el mejor modo de utilizar el tiempo que queda? (Efesios 5:16.)

"Un título [universitario] ya no garantiza el éxito en el mercado de empleos"

¿Te encaminaría una educación universitaria hacia tus metas espirituales, o te alejaría de ellas? Recuerda, los altos ingresos no tienen prioridad para el cristiano. (1 Timoteo 6:7, 8.) Sin embargo, una encuesta de administradores universitarios estadounidenses mostró que los estudiantes de hoy 'se interesan en una carrera, procuran el éxito material, se preocupan por sí mismos'. Cierto grupo de estudiantes dijo: "Dinero. Parece que únicamente hablamos de dinero". ¿Cómo pudiera afectarte el estar en un ambiente de competencia intensa y materialismo egoísta?

Puede que en las universidades ya no se vean las escenas tumultuosas de los años sesenta. Pero una disminución en los motines universitarios apenas significa que el ambiente del recinto universitario sea sano. Un estudio de la vida en la universidad llegó a esta conclusión: "Los estudiantes todavía tienen libertad casi ilimitada en asuntos personales y sociales". Las drogas y las bebidas alcohólicas se usan libremente, y la promiscuidad sexual es la regla. . . no la excepción. Si esa es la situación en las universidades de tu país, ¿pudiera frustrar tus esfuerzos por mantenerte moralmente limpio el vivir en la universidad? (1 Corintios 6:18.)

Otro punto que debes considerar es la relación bien documentada que existe entre el exponerse uno a la educación universitaria y una menor "adherencia a los principios religiosos fundamentales" *(The Sacred in a Secular Age* [Lo sagrado en una era seglar]). La presión conectada con mantener calificaciones altas ha llevado a algunos jóvenes cristianos a

descuidar las actividades espirituales, y esto los ha hecho blanco conveniente para el ataque del pensamiento seglar que se promueve en las universidades. Algunos han experimentado naufragio respecto a su fe. (Colosenses 2:8.)

Opciones aparte de la educación universitaria

En vista de estos hechos, muchos jóvenes cristianos han decidido no buscar una educación universitaria. Muchos han descubierto que el adiestramiento que se ofrece en las congregaciones de los testigos de Jehová —especialmente la Escuela del Ministerio Teocrático semanal— les ha dado una verdadera ventaja en cuanto a hallar empleo. Aunque no tienen título universitario, estos jóvenes aprenden a manejarse con aplomo, expresarse con aptitud y encargarse muy bien de las responsabilidades. También, mientras asisten a la escuela secundaria algunos toman cursos de mecanografía, programación de ordenadores, reparación de automóviles o de máquinas, y así por el estilo. Esas destrezas pueden servir para obtener empleo de media jornada, y suele haber gran demanda de ellas. Y aunque muchos jóvenes desprecian el trabajo manual, la Biblia da realce a hacer "trabajo duro". (Efesios 4:28; compara con Proverbios 22:29.) ¡Jesucristo mismo se hizo tan hábil en un oficio que lo llamaban "el carpintero"! (Marcos 6:3.)

Claro, en algunos países los graduados universitarios han inundado el mercado de empleos hasta el grado de hacer difícil el conseguir siquiera empleos corrientes sin algún adiestramiento laboral adicional. Pero muchas veces hay programas de aprendizaje, escuelas técnicas o de artes y oficios, y breves cursos universitarios que enseñan oficios para los cuales hay demanda y que requieren poca inversión de tiempo y dinero. Nunca olvides, también, que hay un factor que las estadísticas laborales no consideran: la promesa divina de proveer lo necesario a los que ponen en primer lugar los intereses espirituales. (Mateo 6:33.)

Las perspectivas laborales y los sistemas educativos varían de un lugar a otro. Los jóvenes tienen diferentes aptitudes e inclinaciones. Y aunque se recomienda como provecho-

sa una carrera en el ministerio cristiano, todavía es asunto de elección personal. Por eso, tú y tus padres tienen que pesar cuidadosamente todos los factores implicados para decidir cuánta educación es apropiada para ti. 'Cada uno tiene que llevar su propia carga de responsabilidad' al tomar esas decisiones. (Gálatas 6:5.)

Por ejemplo, si tus padres insisten en que asistas a una universidad, no tienes más remedio que obedecerles mientras vivas bajo su supervisión*. (Efesios 6:1-3.) Quizás puedas seguir viviendo en casa y evitar que te absorba el ambiente universitario. Escoge bien al elegir los cursos; por ejemplo, fija la atención en adquirir destrezas laborales más bien que filosofías mundanas. Vigila tu compañía. (1 Corintios 15:33.) Manténte fuerte en sentido espiritual por medio de asistir a las reuniones, participar en el ministerio del campo y apegarte a tu estudio personal. Algunos jóvenes que se han visto obligados a asistir a la universidad hasta se las han arreglado para ser precursores, pues han escogido un horario de cursos que se lo ha permitido.

Escoge tu carrera con cuidado y en oración, de modo que no solo redunde en felicidad personal para ti, sino que te permita 'acumular tesoros en el cielo'. (Mateo 6:20.)

---

* Puede que no sea necesario que recibas un título de cuatro años para satisfacer a tus padres. Por ejemplo, en los Estados Unidos un título secundario basta para patronos de muchos campos profesionales y campos relacionados con servicios, y puede conseguirse en dos años.

Preguntas para consideración — *Capítulo 22*

- ☐ ***¿A qué se debe que muchas veces las carreras seglares no traigan felicidad personal?***
- ☐ ***¿Por qué debería considerar una carrera en el ministerio de tiempo completo todo joven que teme a Dios?***
- ☐ ***¿Cuáles son los supuestos beneficios de la educación universitaria? ¿Se obtienen siempre esos beneficios?***
- ☐ ***¿Qué peligros pudiera presentar la educación universitaria?***
- ☐ ***¿Qué opciones aparte de la educación universitaria puede considerar un joven?***

Lo sexual y la moralidad

Sin duda muchos jóvenes dirigirán su atención primero a esta sección del libro. ¿Por qué? Porque no hay asunto que genere tantas preguntas ni discusión —y confusión— como lo sexual y la moralidad. Sin embargo, la moralidad abarca más que el comportamiento sexual. Por ejemplo, ¿dirías que se comporta moralmente el joven que miente y hace trampas? ¿O hay situaciones en que sea permisible la falta de honradez? Nos alegra el hecho de que la Biblia nos da pautas claras y prácticas sobre este asunto de la moralidad.



¿Qué hay de las relaciones sexuales antes del matrimonio?

'¿ESTÁ bien que lo hagan personas que se aman, o deberían esperar hasta que se casaran?' 'Todavía soy virgen. ¿Qué me pasa?' Preguntas como estas son comunes entre los jóvenes.

De todos modos, "es excepcional el joven que no ha tenido relaciones sexuales mientras todavía es adolescente", concluyó el Instituto Alan Guttmacher en su informe de 1981. "Ocho de cada 10 muchachos y siete de cada 10 muchachas informan haber tenido relaciones sexuales durante la adolescencia."

'Y ¿por qué no?', quizás te preguntes. Después de todo, es natural que uno quiera sentirse amado. Y cuando uno es joven las pasiones pueden agitarlo hasta causar perturbación. Además, hay que considerar la influencia de los otros jóvenes. Ellos quizás le digan a uno que las relaciones sexuales fuera del matrimonio son divertidas, y que cuando a uno realmente le gusta alguien, el deseo de relaciones íntimas con esa persona es natural. Algunos quizás hasta digan que la masculinidad o la femineidad se demuestran mediante esas relaciones. Por no querer que otros consideren raro a uno, tal vez uno se sienta presionado a envolverse en relaciones sexuales con alguien.

Al contrario de la opinión popular, no todos los jóvenes buscan desesperadamente entregar su virginidad. Por ejemplo, considera el caso de una joven soltera llamada Esther. Ella estaba sometiéndose a un examen médico cuando el médico le preguntó francamente: "¿Qué método anticon-

ceptivo usas?". Cuando Esther contestó: "No estoy usando ninguno", el médico exclamó: "¿¡Qué!? ¿Quieres quedar encinta? ¿Cómo vas a evitar eso si no usas nada que lo impida?". Esther respondió: "¡Por no tener relaciones sexuales con nadie!".

"Es excepcional el joven que no ha tenido relaciones sexuales mientras todavía es adolescente." —El Instituto Alan Guttmacher

El médico la miró con incredulidad. "Esto es increíble —dijo—. Aquí vienen muchachas de 13 años que ya no son vírgenes. En verdad eres singular."

¿Qué hacía "singular" a Esther? Obedecía la amonestación bíblica: "Ahora bien, el cuerpo no es para fornicación [lo que incluye las relaciones sexuales premaritales] [...] Huyan de la fornicación". (1 Corintios 6:13, 18.) ¡Sí, ella reconocía que las relaciones sexuales premaritales eran un pecado grave contra Dios! "Esto es la voluntad de Dios —declara 1 Tesalonicenses 4:3—, que se abstengan de la fornicación." Pero ¿por qué prohíbe la Biblia las relaciones sexuales antes del matrimonio?

Las consecuencias

Hasta en tiempos bíblicos algunos tenían relaciones sexuales de ese tipo. Pudiera ser que una mujer inmoral invitara a ello a un joven, diciéndole: "De veras ven, saciémonos bebiendo del amor hasta la mañana; sí, gocemos el uno del otro con expresiones de amor". (Proverbios 7:18.) Pero la Biblia advierte que placeres de que se disfrute hoy pueden causar dolor mañana. "Porque como panal de miel los labios de una mujer extraña siguen goteando, y su paladar es más suave que el aceite —señaló Salomón—. Pero el efecto que después viene de ella es tan amargo como el ajenjo; es tan agudo como una espada de dos filos." (Proverbios 5:3, 4.)

Una de las posibles consecuencias es alguna enfermedad transmitida por las relaciones sexuales. ¡Imagínate lo dolo-

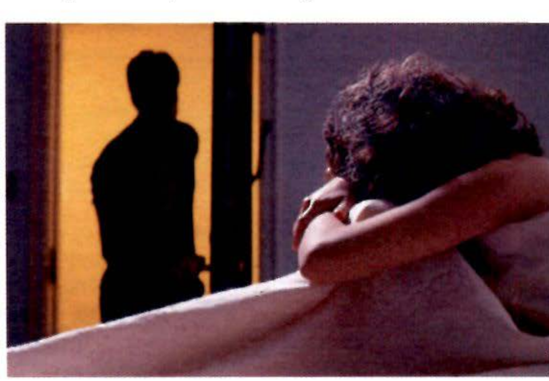
roso que sería que años después te enteraras de que una experiencia sexual te había causado daño irreversible, quizás infertilidad, o algún grave problema de salud! Como advierte Proverbios 5:11: "[Y] tengas que gemir en tu futuro cuando se acaben tu carne y tu organismo". Las relaciones sexuales antes del matrimonio pueden tener como resultado también hijos ilegítimos (ve las páginas 184, 185), abortos, y matrimonios prematuros... con las consecuencias dolorosas de cada una de esas cosas. Sí, en verdad el que participa en esa clase de relaciones sexuales "peca contra su propio cuerpo". (1 Corintios 6:18.)

En reconocimiento de esos peligros, el Dr. Richard Lee escribió para la revista *Yale Journal of Biology and Medicine:* "Nos jactamos ante nuestros jóvenes de nuestros grandes descubrimientos en la prevención del embarazo y en el tratamiento de las enfermedades venéreas, mientras hacemos caso omiso de la medida preventiva más confiable y específica —la menos costosa y menos tóxica— contra las angustias de los males venéreos y la gestación... el antiguo, honorable y hasta saludable estado de virginidad".

Culpa y decepción

Muchos jóvenes han descubierto también que las relaciones sexuales antes del matrimonio causan amarga decepción. ¿Y qué les viene como resultado? Sentimientos de culpa y pérdida de la dignidad personal. Dennis, de 23 años, reconoció: "Fue una gran decepción... ninguna sensación

Tras relaciones inmorales, puede que una joven se vea como una víctima humillada



‘¡No me puede pasar a mí!’... el problema de las adolescentes embarazadas

***“Todos los años,** más de una de cada 10 adolescentes queda embarazada, y la proporción sigue aumentando. Si las tendencias no cambian, cuatro de cada 10 jóvenes quedarán embarazadas por lo menos una vez mientras todavía estén en la adolescencia.” Eso informa la publicación Teenage Pregnancy: The Problem That Hasn’t Gone Away (La preñez entre las adolescentes: el problema que no ha desaparecido). ¿Y qué clase de muchachas quedan embarazadas? La revista Adolescence dijo: “Las niñas de edad escolar que quedan embarazadas son de toda clase socioeconómica [...] Representan a toda raza, toda fe y toda parte del país, rural y urbana”.*

***Pocas muchachas** en verdad quieren el embarazo. En su sobresaliente estudio de más de 400 adolescentes embarazadas, Frank Furstenberg, hijo, notó que “en las entrevistas la mayoría dijo vez tras vez: ‘Nunca pensé que me ocurriría a mí’ ”.*

***Pero al observar** que amigas suyas habían tenido relaciones sexuales sin quedar embarazadas, algunas muchachas creyeron que podían hacer lo mismo. Furstenberg dice también: “Algunas mencionaron que no creían que pudieran quedar embarazadas ‘inmediatamente’. Otras creían que si solo tenían relaciones sexuales ‘de vez en cuando’ no quedarían embarazadas [...] Mientras más tiempo pasaba sin que concibieran, más se arriesgaban”.*

***Sin embargo,** la verdad es que en cada ocasión que una joven participa en relaciones sexuales existe el riesgo de que quede embarazada. (De un grupo de 544 muchachas, ‘casi una quinta parte de ellas quedaron embarazadas en un plazo de seis meses desde que empezaron a tener relaciones sexuales’.) Muchas, como una madre soltera llamada Robin, deciden deliberadamente no usar anticonceptivos. Robin temía —como muchas jóvenes lo hacen— que el usar la píldora anticonceptiva pudiera serle perjudicial. También reconoce lo siguiente: “Para obtener los anticonceptivos habría tenido que admitir que hacía algo que era malo. Yo no podía hacer eso. Así que simplemente cerré la mente a lo que hacía, y esperé que nada me sucediera”.*



Ese modo de razonar es común entre las madres solteras. En el estudio de Furstenberg, "casi la mitad de las adolescentes declararon que era muy importante que la mujer esperara hasta casarse para empezar a tener relaciones sexuales [...] Innegablemente había una discrepancia obvia entre las palabras y los hechos [...] Habían adquirido un conjunto de normas y habían aprendido a vivir según otro". Debido a este conflicto emocional "se les hizo muy difícil a estas mujeres enfrentarse de manera realista a las consecuencias de su comportamiento sexual".

Ni siquiera el usar anticonceptivos es garantía de que una joven podrá evitar el ser madre sin haberse casado. El libro Kids Having Kids (Niñas que son madres) nos recuerda: "Todo método tiene cierto índice de fracaso. [...] Aunque las adolescentes solteras [de los E.U.A.] usaran métodos anticonceptivos consecuentemente, [...] todos los años quedarían embarazadas 500.000 de ellas". Luego se citan las palabras que una madre soltera de 16 años de edad llamada Pat dijo en tono de lamento: "Me tomaba [las píldoras anticonceptivas] fielmente. La verdad es que no dejaba de tomármelas ni un solo día".

"No se extravíen —advierte la Biblia—: de Dios uno no se puede mofar. Porque cualquier cosa que el hombre esté sembrando, esto también segará." (Gálatas 6:7.) La preñez es solo una de las cosechas desagradables de la fornicación. Felizmente, las madres solteras, como todos los demás que han caído en la trampa de la inmoralidad, pueden volverse y acercarse a Dios con la misma actitud penitente del rey David, quien oró: "Lávame cabalmente de mi error, y limpiame aun de mi pecado". (Salmo 51:2.) Dios bendecirá los esfuerzos que esas personas arrepentidas hagan por criar a sus hijos "en la disciplina y regulación mental de Jehová". (Efesios 6:4.)

Sin embargo, ¡es mejor evitar las relaciones sexuales antes del matrimonio! No te dejes engañar por los que te dicen que nada te va a pasar.

de bienestar ni de amor satisfecho como esperaba. En vez de eso, me sacudió comprender claramente lo malo de aquel acto. Me avergonzó por completo mi falta de dominio". Cierta joven confesó: "Recobré el sentido brutalmente. [...] Se había acabado la fiesta y yo estaba enferma, avergonzada y sucia. No fue ninguna ayuda para mí oírle decir: '¿Por qué no impediste que llegáramos a esto?'".

No son raras esas reacciones, según el Dr. Jay Segal. Después de estudiar las actividades sexuales de 2.436 universitarios, él dijo esto sobre las relaciones sexuales entre ellos: "Las experiencias iniciales [que resultaron] insatisfactorias y decepcionantes fueron casi el doble de las satisfactorias y apasionantes. Hombres y mujeres recuerdan haber quedado muy decepcionados". Es cierto que hasta parejas casadas a veces tienen sus dificultades en lo que toca a las relaciones sexuales. Pero en el matrimonio, donde hay amor genuino y sentido de compromiso, esos problemas por lo general pueden resolverse.

El precio de la promiscuidad sexual

Algunos jóvenes no sienten ninguna culpa por tener relaciones sexuales, y por eso hacen cuanto pueden para recibir satisfacción sensual, y procuran las relaciones con una variedad de compañeros. El investigador Robert Sorensen, en su estudio de la sexualidad adolescente, observó que esos jóvenes pagan un precio por su promiscuidad sexual. Escribe: "En nuestras entrevistas personales muchos [jóve-



Muchas veces se transmiten enfermedades por las relaciones sexuales antes del matrimonio

nes libertinos] revelan [...] que les parece que viven con poco propósito, y no están muy contentos consigo mismos". El 46% de ellos concordó con la siguiente opinión: "Por mi modo de vivir actual estoy desperdiciando la mayor parte de mis aptitudes". Sorensen halló, además, 'poca confianza en sí mismos y poco sentido de dignidad' en aquellos jóvenes libertinos.

Es como dice Proverbios 5:9: los que participan en la inmoralidad 'dan a otros su dignidad'.

"Fue una gran decepción... ninguna sensación de bienestar ni de amor satisfecho"

La mañana siguiente

Una vez que la pareja se ha implicado en relaciones ilícitas, suelen verse uno al otro de modo diferente. Puede que el muchacho ya no sienta lo mismo por la muchacha; puede que hasta le parezca menos atractiva. Por otra parte, puede que la muchacha piense que se han aprovechado de ella. Recuerda, joven, el registro bíblico del joven Amnón y lo enfermo de amor que estaba por Tamar, una virgen. Pero después de haberse acostado con ella, "Amnón empezó a odiarla con un odio sumamente grande". (2 Samuel 13:15.)

Una muchacha llamada María tuvo una experiencia parecida. Después de participar en relaciones sexuales, admitió: "Me odié a mí misma (por mi debilidad), y odié a mi novio. Sí, el acto que nosotros creíamos que nos uniría más acabó con nuestra relación. Yo no quería ni volver a verlo". Sí, ¡las relaciones sexuales antes del matrimonio son un paso que la pareja nunca puede desandar!

Paul H. Landis, respetado investigador de la vida familiar, comenta: "El efecto temporal [de las relaciones sexuales antes del matrimonio] puede ser el de fortalecer la relación, pero los efectos de largo plazo pueden ser muy diferentes". En realidad, ¡las parejas que tienen relaciones sexuales propenden más a separarse que las que se abstienen de ellas! ¿Por qué? Las relaciones ilícitas engendran

celos y desconfianza. Un joven admitió: "Algunos muchachos, después de las relaciones sexuales, piensan: 'Si se ha acostado conmigo, puede que se haya acostado con otro'. Sí; eso mismo pensé yo. [...] Tenía muchos celos y dudas y desconfianza".

¡Qué diferente es el amor genuino, que "no es celoso, [...] no se porta indecentemente, no busca sus propios intereses"! (1 Corintios 13:4, 5.) El amor que edifica una relación duradera no se basa en la pasión ciega.

Los beneficios de la castidad: paz y dignidad

Sin embargo, el mantener la castidad hace más que solo ayudar al joven a evitar terribles consecuencias. La Biblia habla de una joven que permaneció casta, pura, a pesar del amor intenso que le tenía a su novio. Como resultado, pudo decir con orgullo: "Soy un muro, y mis pechos son como torres". No era como una 'puerta giratoria' que fácilmente cediera a la presión de la inmoralidad. En sentido moral era como el inescalable muro de una fortaleza de torres inaccesibles. Merecía que la llamaran "pura", y podía decir de su futuro esposo: "He llegado a ser a los ojos de él como la que está hallando paz". Su propia tranquilidad mental contribuía al contentamiento que ambos sentían. (El Cantar de los Cantares 6:9, 10; 8:9, 10.)

Esther, la muchacha casta a quien mencionamos antes, tenía esa misma paz interna y dignidad personal. Dijo: "Estaba satisfecha con mi condición. Hasta cuando mis compañeros de trabajo se reían de mí, veía mi virginidad como un



Despliegues excesivos de afecto pueden exponer a peligros morales y cortar la comunicación significativa

La felicidad marital depende de más que solo la relación física de la pareja



diamante, precioso por su rareza". Además, a jóvenes que son como Esther no los atormenta una conciencia culpable. "No hay nada mejor que tener una buena conciencia ante Jehová Dios", declaró Stefan, un cristiano de 19 años de edad.

'Pero ¿cómo puede una pareja llegar a conocerse bien sin tener relaciones sexuales?', se preguntan algunos jóvenes.

Cultiva intimidad duradera

La atracción sexual por sí sola no puede forjar una relación permanente; tampoco lo pueden lograr las manifestaciones de cariño, como el besarse. Una joven adulta llamada Ann advierte: "Aprendí por experiencia que uno pudiera entrar en mucha intimidad física demasiado pronto". Cuando la pareja pasa el tiempo dándose muestras de afecto, se suspende la comunicación significativa. Esto puede llevar a no tomar en cuenta seriamente diferencias graves que pueden presentarse de nuevo después del matrimonio. Después de un tiempo, cuando Ann empezó a salir con otro hombre —con el que más tarde se casó—, evitó cuidadosamente una excesiva intimidad física. Explica ella: "Pasábamos el tiempo resolviendo nuestras dificultades y considerando las metas que teníamos en la vida. Llegué a saber qué clase de *persona* era el hombre con quien iba a casarme. Después de las bodas solo hubo sorpresas agradables".

¿Fue difícil para Ann y para su novio desplegar autodominio? "¡Sí, lo fue!", confesó Ann. "Yo soy muy cariñosa por naturaleza —dijo—. Pero consideramos los peligros y nos ayudamos el uno al otro. Ambos queríamos muchísimo agradar a Dios y no echar a perder nuestro futuro matrimonio."

Pero ¿no ayuda a una pareja recién casada el haber tenido experiencias sexuales antes? No; al contrario, ¡eso suele restar lustre a la intimidad marital! En las relaciones sexuales premaritales el énfasis se pone en la satisfacción de uno mismo, en los aspectos físicos de las relaciones sexuales. La pasión desenfrenada socava el respeto mutuo. Una vez que se forman y fijan esas tendencias egoístas, es difícil abandonarlas, y con el tiempo pueden causar estragos en la relación.

¡Las relaciones sexuales antes del matrimonio son un paso que la pareja nunca puede desandar!

Sin embargo, en el matrimonio una saludable relación íntima requiere freno, autodominio. La atención debe fijarse en dar, '*dar* el débito sexual', más bien que en *recibir*. (1 Corintios 7:3, 4.) El que cultives castidad o pureza te ayuda a desarrollar ese autodominio. Te enseña a anteponer a tus propios deseos un interés altruista en el bienestar de la otra persona. Además, recuerda que la satisfacción en el matrimonio no se debe solo a factores físicos. El sociólogo Seymour Fisher dice que la respuesta sexual de la mujer depende también de "sus sentimientos de intimidad, de relación estrecha y de seguridad" y de "cuánto pueda [el esposo] identificarse con su esposa, y [...] cuánta confianza haya depositado ella en él".

Es interesante notar que, en un estudio de 177 casadas, tres cuartas partes de las que habían participado en relaciones sexuales premaritales dieron informe de dificultades sexuales durante las primeras dos semanas de su matrimonio. Además, todas las que informaron haber tenido dificul-

tades sexuales por largo tiempo "tenían antecedentes de relaciones sexuales premaritales". La investigación ha demostrado también que hay doble probabilidad de que cometan adulterio los que tienen relaciones sexuales antes del matrimonio. ¡Cuán ciertas son estas palabras de la Biblia: 'La fornicación quita el buen motivo'! (Oseas 4:11.)

Por lo tanto, 'segarás lo que siembres'. (Gálatas 6:7, 8.) Siembra pasión, y segarás una abundante cosecha de dudas e inseguridad. Pero si siembras autodominio, gobierno de ti mismo, segarás una cosecha de fidelidad y seguridad. Esther, a quien ya hemos mencionado, lleva ya varios años de casada, y es feliz. Su esposo dice: "No puedo describir el gozo de regresar al hogar, a mi esposa, sabiendo que yo soy de ella y ella es mía y nadie se interpone entre nosotros. Nada puede reemplazar esta confianza que tenemos cada uno en el otro".

Los que esperan hasta casarse disfrutan también de tranquilidad mental, pues saben que han agradado a Dios. Con todo, el cultivar la castidad hoy día no es nada fácil. ¿Qué puede ayudarte a lograrlo?

Preguntas para consideración — ***Capítulo 23***

- ☐ ***¿Son comunes entre los jóvenes que conoces las relaciones sexuales antes del matrimonio? ¿Te causa esto dificultades o te hace sentir presiones?***
- ☐ ***¿Puedes mencionar algunos efectos indeseables de las relaciones sexuales antes del matrimonio? ¿Conoces a jóvenes que hayan sufrido esos efectos?***
- ☐ ***¿Son los anticonceptivos la solución al problema de la preñez en la adolescencia?***
- ☐ ***¿Por qué tienen sentimientos de culpa y decepción algunos después de relaciones sexuales ilícitas?***
- ☐ ***¿Crees que el tener relaciones sexuales ayuda a unir a una pareja no casada? ¿Por qué contestas así?***
- ☐ ***¿Cómo puede una pareja llegar a conocerse mientras salen juntos?***
- ☐ ***¿Qué beneficios crees que provienen de conservar la virginidad hasta el matrimonio?***

¿Cómo evitar las relaciones sexuales antes del matrimonio?

UNA encuesta nacional efectuada por la revista *'Teen* reveló que muchos de sus jóvenes lectores querían información sobre la siguiente cuestión: "Cómo resistir la presión hacia las relaciones sexuales".

En el Salmo 119:9, el salmista planteó una cuestión similar: "¿Cómo limpiará un joven [o una joven] su senda?". La respuesta: "Manteniéndose alerta conforme a tu palabra [la de Dios]". Pero se requiere más que solo llenarse la cabeza de conocimiento. "Intelectualmente uno sabe lo que la Biblia dice sobre la inmoralidad sexual —confesó una joven—. Pero el corazón sigue restando fuerza a lo que está en la mente." Por eso el salmista pasó a decir: "En mi corazón he guardado cual tesoro tu dicho, a fin de no pecar contra ti". (Salmo 119:11.)

Salvaguarda el corazón

Para atesorar los dichos de Dios en el corazón, primero tienes que leer y estudiar las Escrituras y literatura bíblica. Esto puede ayudar a convencerte del valor de las leyes de Dios. Por otra parte, el leer, escuchar o mirar información que estimula los deseos sexuales resulta en que se intensifique el "apetito sexual". (Colosenses 3:5.) Por eso, ¡evita a toda costa esas cosas! Reflexiona, más bien, en lo que es casto y limpio.

Además, la investigación ha demostrado que los amigos íntimos pueden tener gran influencia en que uno permanezca en castidad o no. El salmista dijo: "Soy socio de todos los que de veras te temen, y de los que guardan tus órdenes". (Salmo 119:63.)

¿Son tus amigos personas que realmente se esfuerzan por 'guardar las órdenes de Dios'? Una joven llamada Joanna dice lo siguiente sobre escoger amigos: "Si uno se asocia con personas que aman a Jehová, empieza a pensar como ellos al hablar de asuntos de moralidad. Por ejemplo, si uno oye que dicen que la inmoralidad es repugnante, uno empieza a pensar lo mismo. Pero si uno se asocia con alguien a quien eso no le importa, muy pronto piensa como esa persona". (Proverbios 13:20.)

Sin embargo, los mayores desafíos se presentan generalmente durante las citas y el noviazgo. Considera un estudio de alcance nacional hecho en los Estados Unidos por el Sr. Robert Sorensen. Él halló que el 56% de los muchachos y el 82% de las muchachas que participaron en su investigación habían tenido relaciones sexuales por primera vez con alguien con quien salían a menudo... o por lo menos a quien conocían muy bien y que les gustaba mucho. Pero ¿qué hay si tú tienes suficiente edad para casarte y estar saliendo con alguien? ¿Cómo puedes conocer mejor a la otra persona y a la vez mantenerte moralmente limpio, casto?

Evita los peligros durante el noviazgo

"Se comienza con unas cuantas caricias..."

La Biblia advierte: "Engañoso es el corazón más que todas las cosas y es desesperadamente malo; ¿quién podrá conocerlo?". (Jeremías 17:9, *Versión Moderna.)* Uno puede sentir una atracción perfectamente normal hacia una persona del sexo opuesto. Pero, mientras más tiempo pase uno con esa persona, más fuerte será la atracción entre los dos, y ese deseo normal puede extraviar el corazón de uno. Jesucristo dijo que "del corazón salen razonamientos inicuos, [...] fornicaciones". (Mateo 15:19.)

Muchas veces la pareja joven no ha pensado en tener relaciones sexuales*. En la mayoría de los casos esas relacio-

* Según un estudio, el 60% de las mujeres entrevistadas dijeron que el acto fue espontáneo y no planeado.

nes han sido el resultado de haberse acariciado o estimulado las partes íntimas del cuerpo. Una madre soltera confesó: "En mi caso y en el de la mayoría de las jóvenes a quienes conozco, se va cada vez más lejos, hasta que al fin se ha perdido la virginidad. Se empieza con unas cuantas caricias, y antes de darse uno cuenta ya no hay control".

Para no caer en la inmoralidad sexual, tienes que dominar el corazón en vez de dejar que él te domine a ti. (Proverbios 23:19.) Pero ¿cómo puedes lograr eso?

Pon límites: Un joven pudiera creer que la joven con quien sale espera que él dé comienzo a un hábito de besarla y acariciarla, cuando en verdad puede que no sea así. "Por la presunción solo se ocasiona una lucha, pero con los que consultan juntos hay sabiduría." (Proverbios 13:10.) Por eso, si estás saliendo con alguien, informa a la otra persona lo que piensas al respecto por medio de 'consultar juntos' la otra persona y tú. Sé sabio y pon límites a las expresiones de afecto. Al mismo tiempo, no digas ni hagas lo que se pueda interpretar mal. El usar ropa ajustada, reveladora y provocativa puede dar una idea equivocada.

Evita las situaciones peligrosas: La Biblia nos cuenta de cierta joven virgen a quien su novio invitó a caminar con él por un lugar solitario en las montañas. ¿Con qué motivo? Para disfrutar juntos de las bellezas de la primavera. Sin embargo, los hermanos de ella se indignaron al enterarse de esta excursión, e impidieron aquellos planes. ¿Lo hicieron porque les pareciera que ella se inclinara a lo inmoral? ¡De ninguna manera! Pero sabían lo fuerte que pudiera ser la tentación en circunstancias como aquellas. (El Cantar de los Cantares 1:6; 2:8-15.) De igual manera, tú debes evitar circunstancias que pudieran presentarte una tentación, como el estar a solas con alguien del sexo opuesto en una casa, en un apartamento o en un automóvil estacionado en un lugar solitario.

Eviten cometer inmoralidad durante el noviazgo mediante no estar a solas

Cultivo de la castidad al salir con alguien

***Eviten** situaciones que pudieran resultar en besuqueos y caricias*

***Salgan en grupos,** o que alguien los acompañe*

***Mantengan** edificante la conversación*

***Desde el comienzo,** informa a tu compañero lo que piensas sobre los límites a las expresiones de afecto*

***Vistan modestamente** y eviten actos que agiten las emociones*

***Pide** que se te lleve a casa si te parece que peligra tu pureza*

***Eviten** las despedidas largas*

***Aténganse** a llegar a hora fija temprana a casa*







Durante el noviazgo las parejas pueden ocuparse en actividades que no las aíslen de otras personas





Si la situación se hace "peligrosa", ¡ten la sensatez de decir no!... ¡y en serio!

Reconoce tus limitaciones: Hay ocasiones en que pudieras ceder a la atracción sexual más fácilmente que en otras. Por ejemplo, al estar desanimado por algún fracaso personal o por algún desacuerdo con tus padres. Sea cual sea la ocasión, en esos momentos tienes que tener mucho cuidado. (Proverbios 24:10.) Además, sé cuidadoso con las bebidas alcohólicas. Bajo su influencia puedes perder el dominio de ti mismo. "Vino y vino dulce son lo que quitan el buen motivo." (Oseas 4:11.)

Di que no, y en serio: ¿Qué puede hacer una pareja si sus impulsos se intensifican y los están llevando a cada vez mayor intimidad? Uno de ellos tiene que decir o hacer algo que ponga freno a las pasiones. En cierta ocasión Debra se halló a solas con su novio, quien detuvo el auto en un lugar solitario para "conversar". Cuando las emociones empezaron a intensificarse, Debra dijo al muchacho: "¿No te parece que estamos haciendo lo que no debemos con este besuqueo y estas caricias? ¿No deberíamos parar?". Esto refrenó las pasiones. Él la llevó a casa inmediatamente. El resistir en estas circunstancias pudiera parecerte lo más difícil que pudieras hacer. Pero, como dijo una joven de 20 años de edad que cometió fornicación: "Si uno no se detiene, ¡después le pesa!".

Que alguien los acompañe: Aunque algunos lo consideren anticuado, todavía es buena idea que alguien los acompañe cuando ustedes salen. Algunas parejas presentan esta

queja: "Parece que no confían en nosotros". Es posible. Pero ¿es prudente que uno confíe en sí mismo? Proverbios 28:26 dice francamente: "El que confía en su propio corazón es estúpido, pero el que anda con sabiduría es el que escapará". Obra con sabiduría; haz que otra persona los acompañe al salir. "De veras respeto al muchacho que trae a alguien para que nos acompañe. Sé que está tan interesado como yo en evitar lo malo —confesó Debra—. Esto no presenta ningún problema, pues cuando queremos decirnos algo en privado, basta con que nos alejemos un poco adonde no se nos pueda oír. La protección de que disfrutamos hace que valga la pena cualquier inconveniencia."

Amistad con Dios

Ante todo, el desarrollar una amistad estrecha con Dios, considerarlo como persona real con sentimientos, te ayudará a evitar toda conducta que pudiera ofenderle. El que seas específico al expresarle cualquier problema que tengas te acercará más a él. Muchas parejas que han querido mantener su pureza hasta le han orado juntos a Dios durante situaciones cargadas de emoción, pidiéndole que les dé las fuerzas que necesitan.

Jehová responde generosamente supliéndoles "el poder que es más allá de lo normal". (2 Corintios 4:7.) Por supuesto, tú tienes que poner de tu parte. Pero ten la seguridad de que con la ayuda y bendición de Dios se puede resistir la presión hacia la inmoralidad sexual.

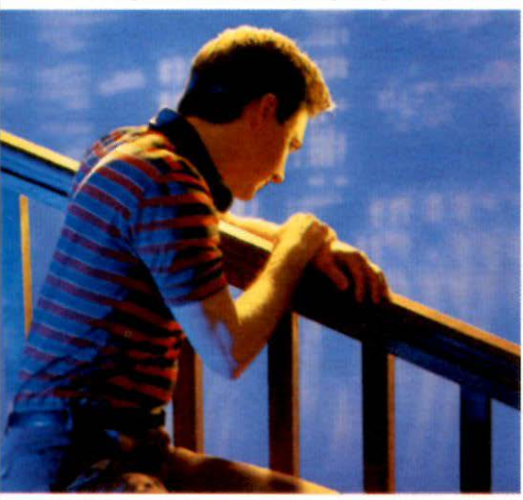
Preguntas para consideración — ***Capítulo 24***

- ☐ ***¿Qué puedes hacer para atesorar las leyes de Jehová respecto a lo sexual?***
- ☐ ***¿Qué efecto pueden tener los amigos de uno en cómo uno ve las relaciones sexuales antes del matrimonio?***
- ☐ ***¿Por qué crees que es necesario ejercer cuidado al salir en una cita con otra persona?***
- ☐ ***¿Qué puede hacer una pareja durante el noviazgo para evitar la inmoralidad sexual?***

La masturbación... ¿cuán grave es?

"Quisiera saber si a la vista de Dios la masturbación es un acto incorrecto. ¿Afectará mi salud física o mental en el futuro, y mi matrimonio, si me casara algún día?"
—Melissa, de 15 años.

ESTOS pensamientos han preocupado a muchos jóvenes. ¿Por qué? Porque la masturbación es una práctica muy extensa. Se calcula que un 97% de los jóvenes y más del 90% de las jovencitas se han masturbado para cuando tienen 21 años de edad. Además, se ha dicho que esta práctica causa muchos males... desde verrugas y párpados enrojecidos hasta epilepsia y enfermedades mentales.



Aunque la masturbación puede causar profundos sentimientos de culpa, el orar uno sinceramente a Dios por perdón y esforzarse intensamente por resistir esa práctica puede darle una buena conciencia

Los investigadores médicos del siglo XX ya no hacen esas alegaciones alarmantes. De hecho, los médicos hoy no creen que la masturbación cause enfermedad física alguna. Los investigadores William Masters y Virginia Johnson añaden: "No hay ninguna prueba médica establecida de que la masturbación, sin importar cuán a menudo se practique, cause alguna enfermedad mental". ¡Pero *sí hay* otros malos efectos! Y con buena razón se preocupan muchos jóvenes cristianos por esta práctica. Un joven escribió: "Cuando cedía [a la masturbación], sentía que le estaba fallando a Jehová Dios. A veces me deprimía muchísimo".

¿Qué es la masturbación? ¿Cuán grave es, y por qué se les hace difícil a muchos jóvenes romper ese hábito?

Por qué tienden a ello los jóvenes

La masturbación es estimularse uno a sí mismo deliberadamente para producirse excitación sexual. Durante la flor de la juventud los deseos sexuales se intensifican. El cuerpo segrega poderosas hormonas que afectan los órganos reproductivos. Así, la persona joven se da cuenta de que estos órganos pueden producirle sensaciones placenteras. Y a veces alguien pudiera excitarse sexualmente aunque no estuviera pensando en asuntos sexuales.

Por ejemplo, las tensiones producidas por diversas preocupaciones, temores o frustraciones pudieran afectar el sensible sistema nervioso de un muchacho y provocar en él excitación sexual. A la vez, la acumulación de semen puede despertarlo en estado de agitación sexual. O puede causar una emisión nocturna, que por lo general está acompañada de un sueño erótico, sensual. También pudiera ser que algunas jovencitas experimentaran excitación sexual involuntariamente. En muchas el deseo sexual se intensifica precisamente antes o precisamente después de la menstruación.

Por eso, si has sentido esta clase de excitación, no debes preocuparte. Es una reacción normal de un cuerpo joven. Esas sensaciones, aunque sean muy intensas, no son lo

mismo que la masturbación, puesto que en gran medida son involuntarias. A medida que vayas creciendo, la intensidad de estas nuevas sensaciones disminuirá.

Pero la curiosidad juvenil y la novedad de estas sensaciones hacen que algunos jóvenes jueguen con sus órganos sexuales, o los manipulen deliberadamente.

'Combustible mental'

La Biblia describe a un joven que se encuentra con una mujer inmoral. Ella lo besa y le dice: "De veras ven, [...] gocemos el uno del otro con expresiones de amor". ¿Qué ocurre después? "De repente él va tras ella, como toro que viene aun al degüello." (Proverbios 7:7-22.) Es obvio que este joven no se excitó sexualmente sólo debido a sus hormonas, sino debido a lo que vio y oyó.

Algunos se sienten impulsados a masturbarse cuando se hallan bajo presión o tensión o los aflige la soledad o la depresión

Algo similar se ve en esta confesión de cierto joven: 'La raíz de mi problema con la masturbación estaba en lo que ponía en la mente. Veía programas de TV que incluían inmoralidad, y a veces veía programas de televisión por cable que presentaban escenas de nudismo. Esas escenas son tan alarmantes que uno no se las puede quitar del pensamiento. Se me presentaban de nuevo en la mente como el combustible mental que necesitaba para masturbarme'.

Sí, lo que suele provocar la masturbación es lo que uno lee, ve o escucha, o aquello de que habla o sobre lo que medita. Una joven de 25 años confesó: "Sencillamente no podía librarme del hábito. Pero acostumbraba leer novelas de amor, y esto contribuía al problema".

Un "tranquilizante"

La experiencia de esta joven muestra con claridad la razón principal por la cual puede ser tan difícil librarse de

este hábito. Ella pasa a decir: "Por lo general me masturbaba para aliviar la presión, la tensión o la inquietud. Aquel breve placer era como el trago del alcohólico para calmar los nervios".

Los investigadores Suzanne e Irving Sarnoff escribieron: "Para algunos la masturbación puede ser un hábito al que recurran en busca de consuelo cada vez que sufren un desaire o cuando algo los inquieta. Pero otros quizás se encierran en sí mismos de este modo solo a veces, cuando se hallan bajo aguda tensión emocional". Parece que otros también recurren a este hábito cuando están enojados o deprimidos, o les afecta la soledad o están muy tensos; llega a ser un "tranquilizante" que usan para tratar de borrar de la mente los problemas.

¿Qué dice la Biblia?

Un joven preguntó: "¿Es un pecado imperdonable la masturbación?". En la Biblia no hay ninguna mención de la masturbación*. En el mundo de habla griega era una práctica común durante los tiempos bíblicos, y se usaron varias palabras griegas para describirla. Pero en la Biblia no se usa ninguna de esas palabras.

Puesto que en la Biblia no se condena directamente la masturbación, ¿significa eso que es inofensiva? *¡De ninguna manera!* Aunque no se la clasifica con pecados crasos como la fornicación, la masturbación ciertamente es un hábito inmundo. (Efesios 4:19.) Por lo tanto, los principios de la Palabra de Dios indican que 'te beneficias a ti mismo' al resistir con firmeza ese hábito inmundo. (Isaías 48:17.)

---

* Dios ejecutó a Onán por 'desperdiciar su semen en la tierra'. Pero en este caso se trataba de coito o ayuntamiento interrumpido, no de masturbación. Además, Onán fue ejecutado porque, por egoísmo, rehusó efectuar el matrimonio de cuñado y así dar continuación a la línea familiar de su hermano fallecido. (Génesis 38:1-10.) ¿Qué hay de la "emisión de semen" que se menciona en Levítico 15:16-18? No parece que esto se refiera a la masturbación, sino tanto a una emisión nocturna como a las relaciones sexuales entre casados.

Se despierta el "apetito sexual"

Insta la Biblia: "Amortigüen, por lo tanto, los miembros de su cuerpo [...] en cuanto a [...] apetito sexual." (Colosenses 3:5.) El "apetito sexual" no se refiere a las sensaciones sexuales normales, sino a pasión descontrolada. Por eso, ese "apetito sexual" puede llevar a uno a cometer actos de gravedad crasa, como los que describe Pablo en Romanos 1:26, 27.

Pero ¿no 'amortigua' esos deseos la masturbación? No; todo lo contrario; nota lo que un joven confesó: "Al masturbarse, uno medita en deseos incorrectos, y lo único que eso hace es aumentar el apetito por ellos". A menudo se recurre a una fantasía inmoral para aumentar el placer sexual. (Mateo 5:27, 28.) Por lo tanto, si se presentaran las circunstancias favorables a ello, uno pudiera fácilmente caer en la inmoralidad. Eso le sucedió a un joven que confesó: "Hubo un tiempo en que creía que la masturbación podía aliviar mi frustración sin necesidad de participar en las relaciones entre hombre y mujer. Pero lo que pasó fue que desarrollé un deseo irresistible de esas relaciones". Cometió fornicación. No es de extrañar que un estudio efectuado en cierto país revelara que la mayoría de los adolescentes que se masturbaban también estaban cometiendo fornicación. ¡Sobrepasaban en 50% a los que eran vírgenes!

'La raíz de mi problema con la masturbación estaba en lo que ponía en la mente'

Contamina tanto la mente como las emociones

La masturbación también inculca ciertas actitudes que corrompen la mente. (Compara con 2 Corintios 11:3.) El que se masturba se sumerge en sus propias sensaciones corporales... queda totalmente centrado en sí mismo. Lo sexual se separa del amor y queda sencillamente como un reflejo que alivia la tensión. Pero el propósito de Dios era que los deseos sexuales se satisficieran por las relaciones

Películas, libros y programas de TV que despiertan los deseos sexuales suelen ser 'combustible mental' para la masturbación



sexuales... una expresión de amor entre el hombre y su esposa. (Proverbios 5:15-19.)

Además, puede que el que se masturba tienda a ver a personas del sexo opuesto sencillamente como objetos sexuales... instrumentos para la satisfacción sexual. Las actitudes incorrectas que enseña la masturbación contaminan el "espíritu" de uno, o su inclinación mental dominante. ¡En algunos casos, los problemas causados por la masturbación continúan aun después del matrimonio! Con buena razón la Palabra de Dios exhorta: "Amados, limpiémonos de toda contaminación de la carne y del espíritu". (2 Corintios 7:1.)

Punto de vista equilibrado de la culpa

Aunque por lo general muchos jóvenes vencen este hábito malo, de vez en cuando ceden a él. Felizmente, Dios es muy misericordioso. El salmista dijo: "Porque tú, oh Jehová, eres bueno y estás listo para perdonar". (Salmo 86:5.) Cuando un cristiano sucumbe a la masturbación, a menudo su propio corazón lo condena. Pero la Biblia dice que "Dios es mayor que nuestro corazón y conoce todas las cosas". (1 Juan 3:20.) Dios ve más que solo nuestros pecados. Su inmenso conocimiento le permite oír con comprensión nuestras súplicas sinceras de perdón. Como escribió una joven: "Hasta cierto grado me he sentido culpable, pero el saber lo amoroso que es Jehová, y que Él puede leer mi corazón y está al tanto de todos mis esfuerzos e intenciones evita que me sienta demasiado deprimida cuando alguna

vez fallo". Si luchas contra el deseo de masturbarte, probablemente no cometerás el grave pecado de la fornicación.

En *La Atalaya* del 1 de septiembre de 1960 se expresaron pensamientos por este estilo: 'Quizás veamos que tropezamos y caemos muchas veces debido a alguna mala costumbre que se haya grabado más profundamente de lo que creíamos en el modelo de vida que seguíamos antes. No pierda la esperanza. No decida que ha cometido el pecado imperdonable. Eso es precisamente lo que Satanás quisiera que usted creyera. El simple hecho de que usted se sienta afligido y enojado consigo mismo es prueba de que no ha ido demasiado lejos. Jamás se canse de acudir humilde y sinceramente a Dios, y buscar su perdón y limpiamiento y ayuda. Vaya a él como un niño va a su padre cuando está en dificultades, sin importar cuántas veces se deba a la misma debilidad, y gustosamente Jehová le dará la ayuda debido a Su bondad inmerecida, y, si usted es sincero, le hará darse cuenta de que su conciencia ha sido limpiada'.

"Cuando cedía [a la masturbación], sentía que le estaba fallando a Jehová Dios"

¿Cómo puedes obtener esa 'conciencia limpia'?

Preguntas para consideración **Capítulo 25**

- ☐ ***¿Qué es la masturbación, y qué conceptos erróneos populares hay con relación a esta?***
- ☐ ***¿A qué se debe que los jóvenes por lo general tengan un deseo sexual muy intenso? ¿Crees que eso es incorrecto?***
- ☐ ***¿Qué cosas pueden alimentar un deseo de masturbarse?***
- ☐ ***¿Causa algún daño a los jóvenes la masturbación?***
- ☐ ***¿Cuán grave pecado te parece que es la masturbación? ¿Cómo ve Jehová al joven que combate ese hábito, aunque quizás se le haga difícil vencerlo?***

La masturbación... ¿cómo combatir el impulso?

"ES UNA adicción muy fuerte", dijo un joven que luchó contra la masturbación por más de 15 años. "Tiene tanto poder de crear hábito como las drogas o las bebidas alcohólicas."

Sin embargo, el apóstol Pablo no permitió que sus deseos llegaran a ser como un amo exigente para él. Por el contrario, escribió: "Aporreo mi cuerpo [los deseos carnales] y lo conduzco como a esclavo". (1 Corintios 9:27.) Fue firme consigo mismo. Un esfuerzo similar hará posible que *cualquier persona* se libre de la masturbación.

'Ten la mente preparada'

Muchos se masturban para aliviar la tensión y la ansiedad. Sin embargo, la masturbación es una manera infantil de reaccionar a los problemas. (Compara con 1 Corintios 13:11.) Es mejor demostrar "capacidad de pensar" y atacar el problema mismo. (Proverbios 1:4.) Cuando te agobien problemas y frustraciones, 'echa toda tu inquietud sobre Dios'. (1 Pedro 5:6, 7.)

¿Qué harías si por casualidad vieras u oyeras algo que te estimulara sexualmente? La Biblia recomienda: "[Tengan] la mente preparada [...] viviendo con sobriedad". (1 Pedro 1:13, *Nueva Biblia Española.)* Ten la mente preparada para *rechazar* el pensamiento de inmoralidad. En poco tiempo se disipará la excitación.

Pero es particularmente difícil rechazar los pensamientos impropios cuando uno está solo de noche. Cierta joven aconseja: "Lo mejor es salir enseguida de la cama y



"La oración es una torre fuerte accesible al momento. Orar tan pronto como se despierta el deseo es una ayuda indiscutible"

ocuparse en algún trabajo, o quizás comer algo, para *ocupar la mente en otras cosas"*. Sí, oblígate a meditar en 'cuantas cosas sean de seria consideración, justas, castas, amables, de buena reputación'. (Filipenses 4:8.)

Si no puedes conciliar el sueño, trata de imitar al fiel rey David, quien dijo: "Cuando me he acordado de ti [Dios] sobre mi canapé, durante las vigilias de la noche medito en ti". (Salmo 63:6.) El que te obligues a meditar en Dios y en sus cualidades suele refrenar el impulso. También te ayuda el seguir pensando en cómo ve Dios ese hábito inmundo. (Salmo 97:10.)

Toma medidas preventivas

Bajo inspiración divina, el sabio dijo: "Sagaz es el que ha visto la calamidad y procede a ocultarse, pero los inexpertos han pasado adelante y tienen que sufrir la pena". (Proverbios 22:3.) Puedes demostrar que eres sagaz si manifiestas previsión. Por ejemplo, si te das cuenta de que el participar en ciertas actividades o ponerte ropa ajustada o comer ciertos alimentos te ha estimulado sexualmente, entonces evita esas cosas. Por ejemplo, las bebidas alcohólicas llevan a uno a inhibirse menos en sus acciones, y dificultan el dominio de uno mismo. Además, evita a toda costa cualquier lectura, programa de televisión o película de contenido sensual. El salmista oró: "Haz que mis ojos pasen adelante para que no vean lo que es inútil". (Salmo 119:37.)

También puedes tomar medidas preventivas con rela-

ción a las ocasiones que te hacen particularmente vulnerable. Pudiera ser que una joven notara que sus deseos sexuales se intensifican durante ciertos días del mes. O puede que uno esté sufriendo una herida emocional o se halle deprimido. Proverbios 24:10 advierte: "¿Te has mostrado desanimado en el día de la angustia? Tu poder será escaso". Así que evita estar en aislamiento por largo tiempo. Planea actividades edificantes en que la mente se mantenga absorta, de modo que sea menos probable que la atraigan pensamientos de inmoralidad.

Ofensiva espiritual

Un hombre de 27 años de edad que había luchado contra la masturbación desde los 11 años pudo, por fin, salir victorioso. "Fue asunto de pasar a la ofensiva —explicó—. *Todos los días,* sin excepción, leía por lo menos dos capítulos de la Biblia." Por más de tres años ha estado haciendo eso sin fallar. Otro cristiano aconseja: "Antes de acostarte, lee algo que tenga contenido espiritual. Es muy importante que el último pensamiento del día sea espiritual. También es *sumamente* útil que ores antes de acostarte".

Otra ayuda es 'tener mucho que hacer en la obra del Señor', como la obra de instruir a otros en lo que la Biblia contiene. (1 Corintios 15:58.) Una mujer que venció la masturbación dijo: "Algo que ahora de veras me ayuda a evitar ese hábito es que, al ser evangelizadora de tiempo completo, dirijo la mente y las energías a ayudar a otras personas a alcanzar una buena relación con Dios".

También por oración sincera puedes pedir a Dios "el poder que es más allá de lo normal". (2 Corintios 4:7.) "Delante de él [Dios] derramen ustedes su corazón." (Salmo 62:8.) Cierta joven dice: "La oración es una torre fuerte accesible al momento. Orar tan pronto como se despierta el deseo es una ayuda indiscutible". Además, al levantarte y durante todo el día, exprésale a Dios tu

¡La pornografía crea hábito y es peligrosa!

***"La pornografía** está por dondequiera; si uno va por la calle, hay publicaciones de ese tipo en los puestos de periódicos —recordó Ronald, de 19 años—. Algunos de nuestros maestros llevaban revistas pornográficas a la escuela y las leían sentados a su escritorio mientras esperaban la clase siguiente." Sí, muchas personas de diferentes edades, antecedentes y niveles educativos leen ávidamente materia pornográfica. Un joven llamado Mark dijo: "¡Me parecía excitante leer revistas que tenían fotografías de mujeres desnudas! [...] Esperaba ansioso los números nuevos, pues volver a mirar los que había terminado no me producía la misma excitación. Uno se aficiona a esas revistas". Pero ¿es eso un buen hábito?*

***La pornografía** tiene un mensaje dominante: 'Las relaciones sexuales son solo para satisfacer los deseos personales'. Gran parte de la pornografía está saturada de ultrajes y violencia sádica. Muchos de los aficionados a la pornografía menos explícita pronto la hallan poco estimulante, y por eso buscan fotografías o películas que sean más obscenas aún. Como dijo Ernest van den Haag, profesor adjunto de la Universidad de Nueva York: "La pornografía nos invita a ver a otras personas solo como trozos de carne, como objetos de explotación para la satisfacción de nuestra propia sensualidad".*

***La pornografía** presenta también un punto de vista torcido e idólatra de lo sexual, lo cual frecuentemente lleva a problemas en el matrimonio. Una esposa joven dice: "La lectura pornográfica despertó en mí el deseo de practicar con mi esposo las anormalidades allí descritas. Esto me causó frustración constante y decepción en cuanto a las relaciones sexuales". En 1981 se llevó a cabo una encuesta entre varios centenares de mujeres respecto a los efectos de la pornografía en su relación con los hombres de su vida dados a la lectura pornográfica. Casi la mitad informó que aquella práctica les causó problemas serios. De hecho, destruyó algunos matrimo-*

nios o compromisos. Cierta esposa se lamentó así: "Lo único que puedo suponer, al ver que [mi esposo] necesita y desea satisfacción sexual mediante la pornografía, es que soy inadecuada [...] Quisiera que Dios me ayudara a ser una mujer que pudiera satisfacerlo, pero él prefiere el plástico y el papel, y su necesidad ha destruido una parte de mí. [...] La pornografía es [...] lo opuesto al amor [...] Es repugnante, cruel y destructiva".

Con todo, *para los jóvenes cristianos es muy importante el hecho de que la pornografía obra directamente en contra de sus esfuerzos por mantenerse limpios a la vista de Dios. (2 Corintios 6:17–7:1.) La Biblia muestra que, "a causa de la insensibilidad de su corazón", personas de la antigüedad llegaron "a estar más allá de todo sentido moral" y "se entregaron a la conducta relajada para obrar toda clase de inmundicia con avidez". (Efesios 4:18, 19.) ¿Quieres tú experimentar esa corrupción? Recuerda: hasta el que uno se complazca de vez en cuando con la pornografía puede tener un efecto insensibilizador en su conciencia. Esto ha impulsado a algunos cristianos jóvenes a la masturbación y, peor aún, a la inmoralidad sexual. Por eso, el proceder sabio es esforzarse con empeño por evitar la pornografía.*

"Muchas veces *tengo la literatura pornográfica directamente al alcance de la vista —dice un joven llamado Darryl—. Así que no puedo evitar verla la primera vez; pero no estoy obligado a verla más de una vez." Sí, rehúsa dirigir la mirada a los lugares donde se exhibe, y permitir que tus compañeros de clase te inciten a verla. Como razonó Karen, de 18 años: "Debido a mi imperfección se me hace bastante difícil fijar la mente en las cosas que son castas y dignas de alabanza. ¿No se me haría eso mucho más difícil si deliberadamente leyera pornografía?".*



resolución y pídele que te fortalezca con su espíritu santo. (Lucas 11:13.)

Ayuda de otras personas

Si por tus propios esfuerzos no tienes éxito, habla con alguien que te pueda ayudar: uno de tus padres o un anciano de la congregación cristiana. A las jóvenes les pudiera ser provechoso confiarse a una cristiana madura. (Tito 2:3-5.) Un joven que había llegado a la desesperación dijo: "Una noche le confié en privado a papá mi problema". Reveló: "Tuve que armarme de mucho valor para decírselo. Lloré mientras se lo contaba... estaba muy avergonzado. Pero nunca olvidaré sus palabras. Con una sonrisa tranquilizadora, me dijo: ' Estoy orgulloso de ti'. Él comprendía la tortura que yo había sufrido en el proceso de animarme a hablarle. No podría haber dicho nada que pudiera estimularme más, ni fortalecerme más en mi resolución.

"Entonces papá pasó a mostrarme unos textos bíblicos para ayudarme a ver que mi situación no era 'irreparable' —prosiguió el joven—. Luego me leyó otros versículos para que entendiera la gravedad de mi mal proceder. Me dijo que 'hiciera borrón y cuenta nueva' y siguiera así hasta que volviéramos a hablar. Añadió que no me abatiera si recaía, sino que sencillamente luchara por que pasara más tiempo antes de ceder al impulso de nuevo". Después que este joven venció totalmente su problema, dijo: "El que hubiera otra persona que supiera de mi situación y estuviera dispuesta a ayudarme fue muy provechoso para mí".

Qué hacer cuando se recae

Después de haberse esforzado mucho por vencer aquel hábito, cierto joven recayó. Admitió: "Para mí fue un peso agobiante. Me pareció que no merecía misericordia. Entonces me dije: 'No tengo remedio. Como de todos modos no tengo el favor de Jehová, ¿por qué debo ser tan exigen-

te conmigo mismo?' ". Sin embargo, una recaída no significa que se haya perdido la batalla. Una joven de 19 años recuerda: "Al principio era un hábito de todas las noches; pero después empecé a apoyarme más en Jehová, y su espíritu me ha ayudado; ahora tal vez recaiga unas seis veces al año. Cada vez que ocurre, me siento muy mal; pero tras cada recaída se me hace más fácil resistir la tentación la siguiente vez". Sí, *gradualmente* está ganando la batalla.

Si recaes, investiga qué te ha llevado a ello. Cierta joven dice: "Repaso mentalmente lo que he estado leyendo o pensando. Casi siempre puedo ver por qué he recaído. Así puedo corregir la situación".

Las recompensas de una dura pelea

Un joven que pudo sobreponerse a la masturbación dijo: "Desde que vencí ese problema puedo mantener una conciencia limpia ante Jehová, ¡y eso es algo que no cambiaría por nada!".

Así es; una buena conciencia, mayor estima propia, mayor fortaleza moral y una relación más estrecha con Dios son las recompensas de combatir vigorosamente la masturbación. Una joven que por fin pudo vencer dice: "Créanme, el vencer este hábito merece todo el esfuerzo que se tenga que hacer".

Preguntas para consideración ***Capítulo 26***

- ☐ ***¿Por qué es peligroso entregarse a pensamientos sensuales, eróticos? ¿Qué puede hacer el joven para poner la mente en otras cosas?***
- ☐ ***¿Qué medidas preventivas pudiera tomar un joven para no verse tan tentado a masturbarse?***
- ☐ ***¿Por qué es útil una ofensiva espiritual?***
- ☐ ***¿Qué papel desempeña la oración en vencer este hábito?***
- ☐ ***¿Por qué es útil confiarse a alguien si uno tiene dificultades al respecto?***

La honradez... ¿es realmente la mejor norma?

¿TE HAS sentido alguna vez tentado a mentir? Donald le dijo a su madre que había recogido su habitación, pero en realidad solo había metido las cosas debajo de la cama. Algo parecido hizo Richard; trató tontamente de engañar a sus padres. Les dijo que había sido suspendido en un examen, no por no haber estudiado, sino porque 'él y el profesor no se llevaban bien'.

Por lo general esas tácticas flojas no engañan a los padres ni a otros adultos. Sin embargo, eso no impide que muchos jóvenes por lo menos *traten* de mentir, torcer la verdad o engañar por completo cuando les parece ventajoso. En primer lugar, los padres no siempre reaccionan tranquilamente a las crisis. Y cuando has llegado dos horas más tarde del tiempo debido, pudieras sentirte impulsado a decir que hubo un terrible accidente en la carretera, más bien que decir a tus padres la verdad que te pone en aprietos: que simplemente no te diste cuenta de la hora que era.

> ***"Todo estudiante que cometa un acto de falta de honradez académica lo hará con grave riesgo de arruinar sus oportunidades futuras"***

Puede que en la escuela surja otro desafío con relación a la honradez. Muchas veces los estudiantes piensan que tienen demasiadas tareas escolares. A menudo hay mucha competencia entre ellos. Por ejemplo, en los Estados Unidos se han realizado varias encuestas que revelan que más de la mitad de todos los estudiantes copian unos de otros en los exámenes, o lo han hecho alguna vez durante sus años escolares. Pero aunque una mentira parez-

ca conveniente, y el copiar en los exámenes sea el proceder más fácil, ¿vale realmente la pena ser falto de honradez?

Por qué no vale la pena mentir

El mentir para evitar castigo pudiera parecer ventajoso por el momento. Pero la Biblia advierte: "El que lanza mentiras no escapará". (Proverbios 19:5.) Es muy probable que se descubra la mentira y que de todos modos recibas castigo. Entonces tus padres no solo se enojarán por tu falta original, ¡sino también porque les has mentido!

¿Qué hay del copiar en los exámenes escolares? Un director de programas judiciales universitarios dice: "Todo estudiante que cometa un acto de falta de honradez académica lo hará con grave riesgo de arruinar sus oportunidades futuras de educación y empleo".

Es cierto que parece que muchos quedan sin castigo. Pudiera ser que al copiar en los exámenes consigas la calificación de aprobado, pero ¿qué efecto de largo alcance



Por lo general los padres no se dejan engañar por intentos flojos de justificar la desobediencia



tendrá eso? Sin duda concuerdas con que sería tontedad el que aprobaras mediante falta de honradez una clase de natación. Después de todo, ¡quién quiere permanecer fuera del agua cuando los demás están disfrutando de ella! Y si alguien te empujara y cayeras en una piscina, ¡tu hábito de no ser honrado pudiera terminar en que te ahogaras!

Pero ¿qué hay de no ser honrado con relación a las matemáticas o la lectura? Es cierto que las consecuencias tal vez no sean tan graves... al principio. Con todo, si no has desarrollado las aptitudes académicas básicas, ¡pudieras "irte a pique" en el mercado de empleos! Y un diploma que hayas conseguido mediante copiar te sería de poco valor al tratar de ganarte la vida. La Biblia dice: "El conseguir tesoros con una lengua falsa es una exhalación impelida por el viento". (Proverbios 21:6.) Cualquier ventaja que se pudiera conseguir con una mentira sería de corta duración, como el vapor. ¡Cuánto mejor sería que te dedicaras con empeño a estudiar, en vez de mentir y copiar durante tus años escolares! Proverbios 21:5 dice: "Los planes del diligente propenden de seguro a ventaja".

La mentira y tu conciencia

Una joven llamada Michelle acusó falsamente a su hermano de haber roto un adorno apreciado, aunque más tarde se sintió impulsada a confesar la mentira a sus padres. "Me

sentí muy mal la mayor parte del tiempo —explica Michelle—. Mis padres habían confiado en mí, y yo les había fallado." Esto muestra claramente que Dios ha dotado a los humanos con la facultad de conciencia. (Romanos 2:14, 15.) La conciencia de Michelle la atormentó con sentimientos de culpa.

Es cierto que uno pudiera decidir no hacer caso a su conciencia. Pero mientras más practique la mentira, más se va insensibilizando uno a lo que es malo... y queda 'marcado en su conciencia como si fuera con hierro de marcar'. (1 Timoteo 4:2.) ¿Deseas en verdad tener una conciencia cauterizada, insensible?

El punto de vista divino sobre el mentir

"Una lengua falsa" era, y es, una de las cosas que "Jehová de veras odia". (Proverbios 6:16, 17.) Después de todo, Satanás el Diablo mismo es "el padre de la mentira". (Juan 8:44.) Y la Biblia no distingue entre la mentira y la llamada mentira piadosa o mentirilla. "Ninguna mentira se origina de la verdad." (1 Juan 2:21.)

Por eso, la honradez tiene que ser la norma del que quiere ser amigo de Dios. En el Salmo 15 se pregunta: "Oh Jehová, ¿quién será huésped en tu tienda? ¿Quién residirá en tu santa montaña?". (Versículo 1.) Consideremos la respuesta que se da en los siguientes cuatro versículos:

"El que está andando exento de falta y practicando la justicia y hablando la verdad en su corazón". (Versículo 2.) ¿Describe eso a una persona que roba artículos de las tiendas, o a alguien que copia en los exámenes? ¿O a alguien que miente a sus padres o finge ser lo que no es? ¡De ninguna manera! Así que, si quieres ser amigo de Dios, tienes que ser honrado no solo en tus acciones, sino también en tu *corazón*.

"No ha calumniado con su lengua. A su compañero no ha hecho nada malo, y ningún oprobio ha repetido contra su conocido íntimo." (Versículo 3.) ¿Te has permitido alguna vez estar en compañía de jóvenes que estuvieran haciendo

comentarios hirientes y poco amables sobre alguien? ¡Desarrolla tu voluntad para negarte a participar en habla de ese tipo!

"A sus ojos el despreciable ciertamente es rechazado, pero honra a los que temen a Jehová. Ha jurado a lo que es malo para sí, y no obstante no lo altera." (Versículo 4.) Rechaza la amistad de los jóvenes que mienten, copian en los exámenes o se jactan de sus inmoralidades; van a esperar que hagas las mismas cosas. Como dijo un joven llamado Bobby: "El amigo a quien acompañas en mentiras te va a meter en problemas. No es amigo confiable". Busca amigos que respeten las normas de la honradez. (Compara con Salmo 26:4.)

La Biblia no distingue entre la mentira y la llamada mentira piadosa

¿Notaste que Jehová aprecia u "honra" a los que cumplen su palabra? Quizás hayas prometido que este sábado vas a ayudar a hacer lo que tenga que hacerse en tu casa, pero ahora se te ha invitado a un juego de béisbol para esa misma tarde. ¿Le darás poca importancia a tu palabra dada y te irás con tus amigos, dejando que tus padres hagan los trabajos, o cumplirás tu palabra?

"No ha dado su dinero a interés, ni ha tomado un soborno contra el inocente. Al que está haciendo estas cosas, nunca se le hará tambalear." (Versículo 5.) ¿No es cierto que la avidez es una de las causas principales del copiar en la escuela y de la falta de honradez? Los estudiantes que no son honrados en los exámenes están ávidos por calificaciones por las cuales no han estudiado. Para las personas que aceptan sobornos el dinero vale más que la justicia.

Es cierto que algunos dicen que líderes políticos y comerciantes que tuercen las reglas de la honradez se salen con la suya. Pero ¿cuánto dura su éxito? Salmo 37:2 contesta: "Como hierba, rápidamente se marchitarán, y como hierba verde nueva se desvanecerán". Si no los prenden y los

hacen caer en desgracia otras personas, al final van a encararse al juicio de Jehová Dios. Sin embargo, a los amigos de Dios '*nunca* se les hará tambalear'. Su futuro eterno está asegurado.

Cómo desarrollar una "conciencia honrada"

Entonces, ¿verdad que hay razón sólida para evitar *toda* clase de mentira? El apóstol Pablo dijo de sí mismo y de sus compañeros: "Confiamos en que tenemos una conciencia honrada". (Hebreos 13:18.) ¿Es tu conciencia sensible como la de ellos, para rechazar la mentira? Si no lo es, debes adiestrarla por medio del estudio de la Biblia y de literatura bíblica como *La Atalaya* y *¡Despertad!*

El joven llamado Bobby ha tenido buenos resultados al hacerlo. Ha aprendido a no encubrir con una serie de mentiras las dificultades en que se mete. Su conciencia lo impulsa a hablar sinceramente con sus padres sobre los asuntos. A veces el resultado de esto ha sido que recibe disciplina. Pero él reconoce que 'se siente mejor en lo interior' por haber sido honrado.

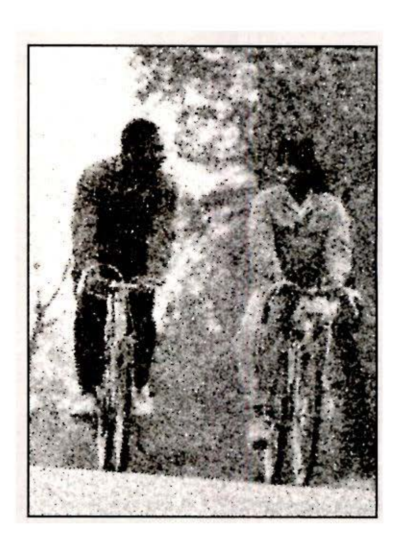
No siempre es fácil decir la verdad. Pero el que se decide a decir la verdad mantiene una buena conciencia, una buena relación con sus verdaderos amigos y, mejor aún, ¡el privilegio de ser "huésped" en la tienda de Dios! Por eso, la honradez no es solo la mejor norma, es la norma *correcta* para todos los cristianos.

Preguntas para consideración **Capítulo 27**

- ☐ ***¿Puedes mencionar situaciones en que pudieras sentirte tentado a mentir?***
- ☐ ***¿Por qué no vale la pena mentir ni copiar en los exámenes? ¿Puedes ilustrar esto por lo que has observado o por alguna experiencia personal?***
- ☐ ***¿Cómo causa daño a su conciencia el mentiroso?***
- ☐ ***Lee el Salmo 15. ¿Cómo aplican los versículos a la cuestión de la honradez?***
- ☐ ***¿Cómo puede un joven desarrollar una conciencia honrada?***

Las citas, el amor y el sexo opuesto

Has empezado a interesarte en el sexo opuesto... quizás en una persona en particular. Tu cuerpo ahora experimenta nuevas sensaciones y emociones. Pero ¿qué sientes, en verdad? ¿Es amor —de la clase que dura para siempre—, u otra cosa? ¿Y qué debes hacer, precisamente, respecto a esos sentimientos? Examinemos ahora unas respuestas razonables a tus preguntas sobre las relaciones amorosas.



¿Cómo sobreponerme a un apasionamiento?

"PARA la mayoría de los adolescentes los apasionamientos son tan comunes como los resfriados", dijo cierta revista para jóvenes. Casi todos los jóvenes los experimentan, y la mayoría ha podido sobreponerse a ellos y pasar a la vida de adulto sin que su orgullo ni su sentido del humor sufran. Pero cuando uno se apasiona, no es asunto de risa. "Era una frustración —recuerda cierto joven—, porque no podía *hacer* nada en cuanto a ello. Sabía que ella era demasiado mayor para mí, pero me atraía. Estaba hecho un verdadero lío."

Análisis del apasionamiento

No es pecado sentir una atracción fuerte por alguien... siempre que esos sentimientos no sean inmorales ni impropios (como enamorarse de una persona casada). (Proverbios 5:15-18.) Cuando uno es joven, "los deseos que acompañan a la juventud" suelen dominar sus pensamientos y acciones. (2 Timoteo 2:22.) Mientras todavía está aprendiendo a controlar los nuevos y vigorosos deseos que despierta la pubertad, el joven pudiera experimentar profundos sentimientos románticos... y no tener a nadie con quien compartirlos.

Además, la revista *Seventeen* dice: "Las muchachas se sienten seguras de sí mismas y cómodas entre otras personas a una edad más temprana que los muchachos". Y añade que por eso "a menudo para ellas los muchachos que son compañeros de clase suyos son inmaduros y poco interesantes en comparación con los maestros" u otros hombres mayores que están fuera de su alcance. Por consiguiente, una joven pudiera imaginarse que el hombre "ideal" es su

maestro favorito, algún cantante de música popular o un amigo mayor. Con frecuencia, también los muchachos se apasionan así. Pero es obvio que el amor a esas figuras distantes se basa más en la fantasía que en la realidad.

Por qué pueden causar daño los apasionamientos

Aunque la mayoría de los apasionamientos duran muy poco tiempo, pueden causar mucho daño a un joven. En primer lugar, muchas de las personas de quienes se apasiona un adolescente no son en verdad estimables. Un sabio dijo: "La tontedad ha sido colocada en muchos puestos encumbrados". (Eclesiastés 10:6.) Así, al cantante se le idolatra porque tiene una voz melodiosa o es bien parecido. Pero ¿es digna de elogio su conducta moral? ¿Está esa persona "en el Señor" como cristiano dedicado? (1 Corintios 7:39.)

La Biblia también advierte: "La amistad con el mundo es enemistad con Dios". (Santiago 4:4.) ¿No pondría en peligro tu amistad con Dios el que te enamoraras de una persona cuya conducta Dios condena? La Biblia también manda: "Guárdense de los ídolos". (1 Juan 5:21.) ¿Qué pensarías de un joven que decorara todas las paredes de su habitación con fotografías de un cantante famoso? ¿No se podría describir eso con la palabra "idolatría"? ¿Cómo sería posible que eso agradara a Dios?

Algunos jóvenes hasta permiten que sus fantasías les sorban la razón. Una joven dice: "Siempre que le pregunto



Es bastante común el apasionarse por personas mayores en un amor imposible

qué siente por mí, me dice que no siente nada. Pero por la manera como me mira y como actúa yo sé que eso no es verdad". El joven implicado ha tratado de decirle bondadosamente a la joven que no está interesado en ella, pero ella se niega a aceptar ese hecho.

Otra joven escribe lo siguiente sobre su apasionamiento con un cantante popular: 'Quiero que él sea mi novio, ¡y he orado por ello! Solía dormir abrazada a su álbum porque era lo más cerca que podía estar de él. He llegado a tal punto que, si no puedo conseguirlo, *estoy dispuesta a matarme'*. ¿Pudiera tal pasión insensata agradar a Dios, que nos manda que le sirvamos con "juicio sano"? (Romanos 12:3.)

En Proverbios 13:12 la Biblia dice: "La expectación pospuesta enferma el corazón". Por eso, el cultivar expectación romántica por una relación que nunca se realizará no es saludable, y los médicos dicen que un amor no correspondido causa "depresión, ansiedad y angustia general [...] insomnio o letargo, dolores en el pecho o falta de aire". (Compara con 2 Samuel 13:1, 2.) Una joven enamorada confiesa: "No puedo comer. [...] Ya no puedo estudiar. Sueño despierta con él. [...] Soy la persona más infeliz".

Piensa en el daño que te haces cuando permites que una fantasía te domine por completo. El Dr. Lawrence Bauman dice que uno de los primeros indicios de un enamoramiento descontrolado es que el joven "afloja en los estudios escolares". Además, tiende a aislarse de los amigos y la familia. También puede haber humillación. "Me avergüenza

Un examen tranquilo y objetivo de esa persona puede curarte de tus nociones románticas



admitirlo —dice el escritor Gil Schwartz—, pero me porté como un payaso en mi apasionamiento por Judy." Mucho tiempo después de haberse desvanecido la pasión, la persona todavía puede recordar cómo seguía por todos lados a alguien, o algo ridículo que quizás hizo en público.

Encárate a la realidad

El rey Salomón, uno de los hombres más sabios que ha vivido, se enamoró locamente de una joven que no le correspondió. Le compuso un poema que está entre los más hermosos que se han escrito, diciéndole que era "hermosa como la luna llena, pura como el sol relumbrante"... ¡y no logró absolutamente nada! (El Cantar de los Cantares 6:10.)

Pero al fin Salomón dejó de esforzarse por enamorarla. ¿Cómo puedes tú recobrar el control de tus sentimientos? La Biblia dice: "El que confía en su propio corazón es estúpido". (Proverbios 28:26.) Eso es particularmente cierto cuando estás envuelto en una fantasía romántica. Pero "el que anda con sabiduría es el que escapará". Eso significa ver las cosas como realmente son.

"¿Cómo se distingue entre una esperanza legítima y una esperanza sin base? —pregunta el Dr. Howard Halpern—. Examinando los hechos con cuidado y de manera realista." Considera esto: ¿Qué probabilidad hay de que llegues a desarrollar una verdadera relación amorosa con esa persona? Si es una persona famosa, ¡entonces lo más probable es que nunca la conocerás! Las probabilidades también son pocas si se trata de una persona mayor que tú, como un maestro o una maestra.

Además, ¿ha mostrado esa persona hasta ahora interés alguno por ti? Si no lo ha hecho, ¿existe *razón legítima* alguna para creer que esa situación haya de cambiar en el futuro? ¿Estás sencillamente interpretando algo que la otra persona dijo e hizo inocentemente como manifestación de que está interesada en ti? Dicho sea de paso, en la mayoría de los países la costumbre es que el hombre tome la iniciativa en establecer una relación amorosa. Una joven pudiera

humillarse a sí misma si insiste en ir en pos de alguien que sencillamente no se interesa en ella.

Además, ¿qué harías si esa persona en realidad correspondiera a tus muestras de afecto? ¿Estás listo o lista para las responsabilidades del matrimonio? Si no lo estás, entonces "quita de tu corazón la irritación" mediante no meditar en fantasías. Hay un "tiempo de amar", y puede que eso venga años más tarde, cuando seas mayor. (Eclesiastés 3:8; 11:10.)

Analiza tus sentimientos

El Dr. Charles Zastrow observa: "Uno se encapricha por alguien cuando se imagina que esa persona sería el 'novio perfecto o la novia perfecta'; es decir, cuando concluye que esa persona tiene *todas* las características que se desean en un cónyuge". Pero tal "novio perfecto" o "novia perfecta" no existe. La Biblia dice: "Porque todos han pecado y no alcanzan a la gloria de Dios". (Romanos 3:23.)

'No puedo comer. Ya no puedo estudiar. Sueño despierta con él. Soy la persona más infeliz'

Por eso, pregúntate: ¿Cuánto conozco a esa persona que tanto me atrae? ¿Estoy enamorado de lo que ella representa? ¿Veo con claridad sus faltas, o estoy ciego a ellas? ¡Puede que baste un buen análisis objetivo del novio o la novia de tus sueños para que salgas de tu letargo romántico! También es bueno que examines la clase de amor que sientes por la persona. La escritora Kathy McCoy dice: "*El amor inmaturo* puede venir y desaparecer en un instante [...] El punto de enfoque eres tú, y sencillamente te enamoras de la idea de que estás enamorado o enamorada [...] *El amor inmaturo* es terco, posesivo y celoso. [...] *El amor inmaturo* exige perfección". (Contrasta con 1 Corintios 13:4, 5.)

Cómo sacarte a él o a ella de la mente

Se reconoce que, por mucho que se razone contigo, lo que sientes no se borrará por completo. Pero no tienes que

alimentar el mal, para que crezca. El leer novelas de pasión amorosa y ver historias de amor en la TV —o solo el escuchar cierta clase de música— pueden empeorar tus sentimientos de soledad. Por eso, niégate a poner tus pensamientos continuamente en tu situación. "Donde no hay leña, se apaga el fuego." (Proverbios 26:20.)

Una fantasía romántica no debería tomar el lugar de las personas que realmente te quieren y se interesan por ti. No te 'aísles'. (Proverbios 18:1.) Puede que descubras que tus padres pueden ayudarte mucho. Con todo lo que hayas hecho para ocultar lo que sientes, es probable que ya hayan notado que algo te molesta. ¿Por qué no abordarlos y decirles lo que agobia tu corazón? (Compara con Proverbios 23:26.) Puede que algún cristiano maduro también esté dispuesto a escucharte y ayudarte.

"Manténte ocupado", insta Esther Davidowitz, quien escribe para adolescentes. Escoge un pasatiempo, haz ejercicios, estudia un idioma, empieza algún proyecto de investigación relacionado con la Biblia. El mantenerte absorto en actividades edificantes puede aliviar mucho el dolor de alejarte del objeto de tu pasión.

No es fácil sobreponerse a un apasionamiento juvenil. Pero con el pasar del tiempo el dolor disminuirá. Habrás aprendido mucho acerca de ti mismo y de tus sentimientos, ¡y estarás mejor preparado para tratar con el *amor verdadero* si viene en el futuro! Pero ¿cómo reconocerás el 'amor verdadero'?

Preguntas para consideración — **Capítulo 28**

- ☐ ***¿Por qué son comunes los apasionamientos juveniles?***
- ☐ ***¿Quiénes suelen ser objeto de las fantasías románticas juveniles, y por qué?***
- ☐ ***¿Por qué puede causar daño el apasionamiento?***
- ☐ ***¿Qué puede hacer el joven para sobreponerse a una pasión?***
- ☐ ***¿Cómo puede el joven dejar de alimentar una fantasía romántica?***

¿Estoy listo para concertar citas?

EN MUCHOS países el concertar citas o salir con alguien se considera como un medio de entretenerse que tiene aspectos románticos, una actividad divertida. Por consiguiente, adopta muchas formas. Para algunos es asunto formal, bien planeado, que incluye flores, una comida deleitable y un beso de despedida. Para otros significa sencillamente pasar algún tiempo con una persona agradable del sexo opuesto. Hasta hay parejas que constantemente están juntas, pero afirman que son 'solo amigos'. Pues bien, sea que tú lo llames concertar citas, ser novios o sencillamente salir juntos, por lo general equivale a lo mismo: un muchacho y una muchacha que a menudo se reúnen para disfrutar mutuamente de su compañía, muchas veces sin la supervisión de otras personas.

En tiempos bíblicos no se acostumbraba concertar citas. Pero cuando esto se hace de manera inteligente, con cuidado y honorablemente, puede servir legítimamente para que las personas lleguen a conocerse. Y, sí, puede ser deleitable. Pero ¿significa eso que *tú* deberías concertar citas?

La presión hacia concertar citas

Puede que sientas una presión que te lleve a concertar citas. Quizás la mayoría de los jóvenes lo estén haciendo, y, naturalmente, tú no quieres parecer persona extraña o diferente. Pudiera ser, también, que te impulsaran a ello amigos o parientes bien intencionados. Cuando alguien invitó a salir a Mary Ann, una joven de 15 años, su tía le dio este consejo: "El matrimonio no tiene nada que ver con esto. Las citas son solo parte de tu desarrollo natural como persona. [...] Después de todo, si nunca sales con los muchachos, no vas a ser

popular, y nadie te invitará a salir". Mary Ann recuerda: "Lo que dijo mi tía me impresionó. ¿Sería posible que yo estuviera pasando por alto una buena oportunidad? El muchacho tenía automóvil y mucho dinero; y yo sabía que me divertiría muchísimo. ¿Debería salir con él, o no?".

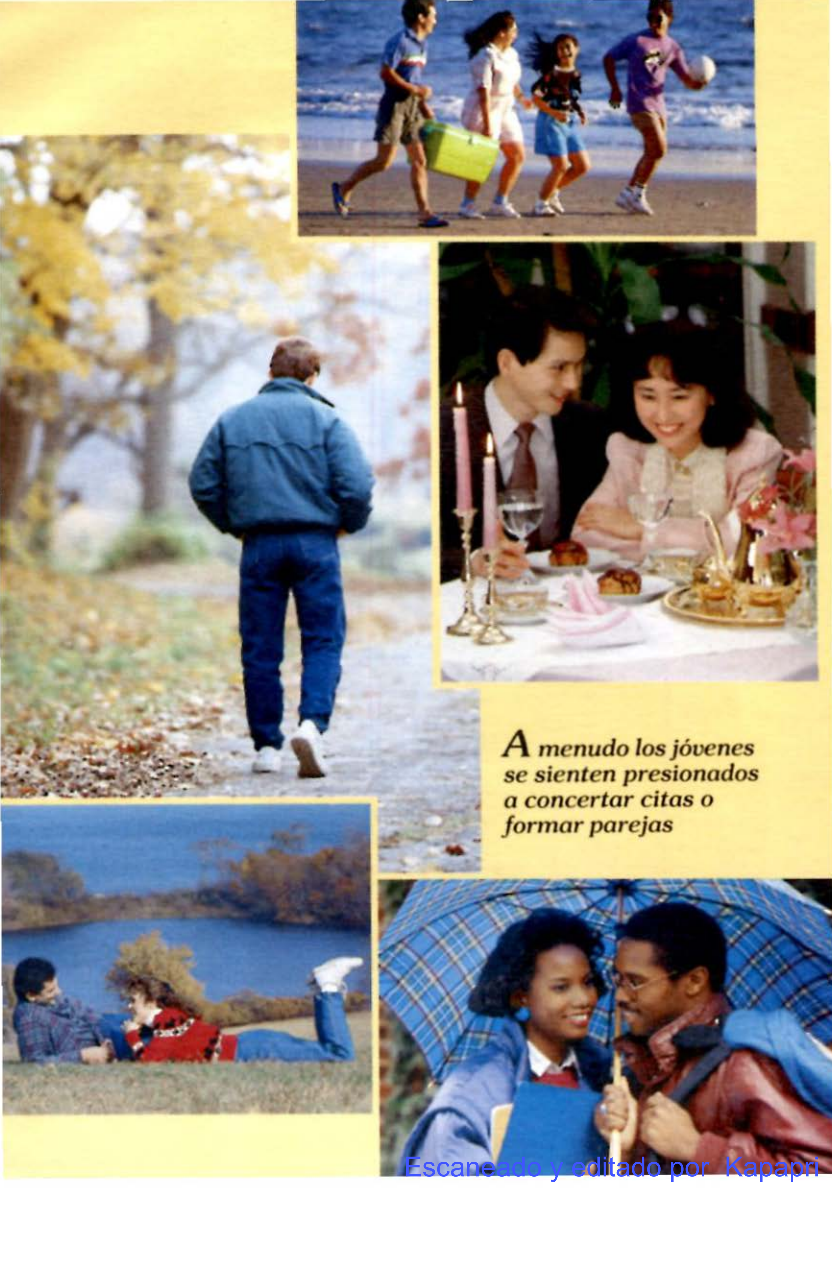
En el caso de algunos jóvenes sus propios deseos de tener el cariño de alguien generan la presión. Ann, de 18 años, explicó: "Necesitaba el amor y el aprecio de alguien, y puesto que no veía eso en mi relación con mis padres, recurrí a mi novio en busca de afecto y para tener con quien desahogarme, alguien que en verdad me comprendiera".

Sin embargo, ¡ningún adolescente debe empezar a salir con otra persona sólo porque se sienta bajo presión para hacerlo! El concertar citas es asunto serio... parte del proceso de escoger a la persona con quien te vas a casar. *¿Casarme?* Es cierto que quizás la mayoría de los jóvenes que conciertan citas ni siquiera piensan en eso. Pero en realidad, ¿qué razón justificaría el que un muchacho y una muchacha pasaran mucho tiempo juntos si no fuera para considerar la posibilidad de casarse? Al fin y al cabo, el salir juntos por cualquier otra razón pudiera culminar en todo menos "diversión". ¿Por qué?

El lado negativo de las citas

En primer lugar, los jóvenes están en un período de la vida que los expone a daño emocional y de otra índole, un período llamado por la Biblia "la flor de la juventud". (1 Corintios 7:36.) Durante ese tiempo pudieras a veces experimentar una vigorosa intensificación del deseo sexual. Eso es normal; es parte de tu desarrollo.

Pero esa situación presenta un problema serio para los adolescentes que conciertan citas: ellos apenas están aprendiendo a controlar esas sensaciones sexuales. Es verdad que tú tal vez conozcas bien las leyes de Dios respecto a las relaciones sexuales y puede que sinceramente desees comportarte siempre con castidad. (Ve el capítulo 23.) Aun así,



A menudo los jóvenes se sienten presionados a concertar citas o formar parejas

hay un hecho biológico que tienes que tomar en cuenta: mientras más te asocies con una persona del sexo opuesto, más puede intensificarse tu deseo sexual... sea que lo quieras o no. (Ve las páginas 232, 233.) ¡Todos estamos hechos así! Hasta que tengas más edad y controles mejor tus sentimientos, puede que en verdad el concertar citas sea una responsabilidad demasiado grande para ti. Lamentablemente, muchos jóvenes aprenden esto de manera dolorosa.

"Cuando comenzamos a salir juntos [...] ni siquiera nos tomábamos de las manos ni nos besábamos. Yo solo quería disfrutar de la compañía de ella y conversar —dijo un joven—. Pero ella era muy afectuosa y se sentaba muy cerca de mí. Con el tiempo empezamos a tomarnos de las manos y a besarnos. Esto intensificó mi deseo sexual. Afectó mi pensar a tal grado que ya no solo quería hablar con ella, sino también abrazarla, tocarla y besarla. ¡Nada me parecía suficiente! La pasión me estaba volviendo loco. A veces me consideraba a mí mismo despreciable, y me avergonzaba."

No extraña, pues, que con frecuencia el concertar citas



El salir juntos suele empujar a los jóvenes a despliegues de afecto indeseados



Se puede disfrutar de la compañía de personas de diferente sexo sin las presiones de las citas

culmine en relaciones sexuales ilícitas. En una encuesta en que participaron centenares de adolescentes, se halló que el 87% de las muchachas y el 95% de los muchachos opinaban que las relaciones sexuales eran o "de importancia moderada o muy importantes" en las citas que concertaban. ¡Pero el 65% de las muchachas y el 43% de los muchachos confesaron que a veces en sus citas habían tenido contacto sexual sin que quisieran haberlo hecho!

Loretta, de 20 años, recuerda: "Mientras más tiempo pasábamos juntos, más íntima se hacía nuestra relación. En poco tiempo el besarnos ya no nos excitaba tanto, y empezamos a tocarnos las partes íntimas del cuerpo. Me puse muy nerviosa porque aquello me hacía sentir muy sucia. Además, con el tiempo aquel muchacho creyó que yo debería entregarme a él por completo [...] Aquello me confundió

y desconcertó. Pero lo único que pensaba era: 'No quiero perderlo'. ¡Qué mal me sentía!".

Es verdad que no todas las parejas que salen en citas terminan teniendo relaciones sexuales; algunas detienen sus despliegues de afecto precisamente antes de caer en ello. Pero ¿qué sucede cuando uno se excita emocionalmente y no tiene manera honorable de satisfacer esos sentimientos? De seguro sufre frustración. Y esa frustración no se limita a lo sexual.

Sentimientos heridos

Considere el problema de cierto joven: 'Al principio Kathy me atraía mucho. Confieso que la convencí para que hiciera cosas que ella consideraba incorrectas. Ahora me siento mal porque ya no estoy interesado en ella. ¿Cómo puedo dejarla sin herir sus sentimientos?'. ¡Qué difícil situación! Y ¿cómo te sentirías tú en el lugar de Kathy?

El desengaño amoroso es común entre los adolescentes. Es cierto que el ver a dos jóvenes caminar tomados de la



Las llamadas relaciones platónicas muchas veces terminan en desengaños amorosos

mano puede parecer una escena bonita. Pero ¿qué probabilidades hay de que estén juntos un año más tarde, y mucho menos de que se casen? Muy pocas. Los noviazgos entre los adolescentes casi siempre fracasan; rara vez culminan en matrimonio, y muchas veces terminan en desengaños.

Después de todo, durante la adolescencia tu personalidad todavía está en formación. Estás descubriendo quién eres, lo que realmente te gusta, lo que quieres hacer en la vida. Bien puede ser que la persona que te guste hoy te aburra mañana. Pero cuando se ha permitido que los sentimientos amorosos se intensifiquen, de seguro alguien va a sufrir. No es de extrañar que varias investigaciones hayan conectado "una pelea con la novia" o un "desengaño amoroso" con las situaciones que han dado lugar a muchos suicidios entre los jóvenes.

"En poco tiempo el besarnos ya no nos excitaba tanto, y empezamos a tocarnos las partes íntimas del cuerpo. Me puse muy nerviosa porque aquello me hacía sentir muy sucia. Además, con el tiempo aquel muchacho creyó que yo debería entregarme a él por completo"

¿Estoy listo?

Dios dice a los jóvenes: "Regocíjate, joven, en tu juventud, y hágate bien tu corazón en los días de tu mocedad, y anda en los caminos de tu corazón y en las cosas vistas por tus ojos". Los jóvenes tienden a 'andar en los caminos de su corazón'. Pero muchas veces esos "caminos", que parecen muy divertidos, resultan en irritación y calamidad. Por eso la Biblia insta en el versículo siguiente: "Quita de tu corazón la irritación, y evita a tu carne la calamidad; pues la juventud y la flor de la vida son vanidad". (Eclesiastés 11:9, 10.) La "irritación" puede provenir de la intensa preocupación o de mucha angustia. La "calamidad" denota una catástrofe personal. Ambas pueden causarte gran desdicha en la vida.

Entonces, ¿significa eso que en sí mismo el concertar

¿Pueden ser 'solo amigos' un muchacho y una muchacha?

Las llamadas relaciones platónicas (relaciones afectuosas entre hombre y mujer sin intervención del elemento sexual) son bastante populares entre los jóvenes. Gregory, de 17 años, afirma: "Prefiero hablar con las muchachas porque generalmente son más compasivas y sensibles". Otros jóvenes dicen que esas amistades les ayudan a desarrollar mejor la personalidad.

La Biblia insta a los jóvenes varones a tratar "a las mujeres [...] de menos edad como a hermanas, con toda castidad". (1 Timoteo 5:2.) Al aplicar este principio, ciertamente se puede gozar de una amistad limpia y sana con personas del sexo opuesto. Por ejemplo, el apóstol Pablo fue un soltero que disfrutó de la amistad de varias cristianas. (Ve Romanos 16:1, 3, 6, 12.) Escribió sobre dos "mujeres que se han esforzado lado a lado conmigo en las buenas nuevas". (Filipenses 4:3.) Jesucristo también tuvo compañerismo equilibrado y sano con mujeres. En varias ocasiones disfrutó de la hospitalidad de Marta y María y de conversar con ellas. (Lucas 10:38, 39; Juan 11:5.)

Sin embargo, muchas veces una amistad "platónica" no difiere mucho de un amorío ligeramente disfrazado o un modo de conseguir la atención de una persona del sexo opuesto sin compromiso alguno. Y puesto que los sentimientos pueden cambiar fácilmente, es necesario ejercer cautela. La Dra. Marion Hilliard advierte: "Una amistad que vaya a unos 10 kilómetros por hora puede cambiar sin previo aviso a una pasión ciega que acelere a 100 kilómetros por hora".

Mike, de 16 años, aprendió eso cuando se hizo "amigo" de una joven de 14 años: "Pronto descubrí que dos personas no pueden seguir siendo simplemente amigos si se siguen viendo a exclusión de otros. Nuestra relación fue haciéndose cada vez más íntima. En poco tiempo desarrollamos sentimientos especiales el uno para con el otro, y todavía los tenemos". Puesto que ninguno de los dos tiene suficiente edad para casarse, se sienten frustrados.

Cuando hay demasiado compañerismo estrecho, los resultados pueden ser más tristes. Cierto joven trató de consolar a una



amiga que le confió unos problemas. En poco tiempo empezaron a acariciarse. ¿Qué resultado tuvo aquello? Remordimientos de conciencia, y malos sentimientos entre ellos. En el caso de otros jóvenes, el resultado ha sido relaciones sexuales. Una encuesta que llevó a cabo la revista Psychology Today reveló: "Casi la mitad de los jóvenes entrevistados (49%) ha tenido una relación amistosa que se ha convertido en una relación de índole sexual". De hecho, "casi la tercera parte (31%) dijo que había tenido relaciones sexuales con un amigo el mes anterior".

***'Pero** mi amiga [o amigo] no me atrae, y nunca me enamoraría de ella [o él].' Quizás tengas razón. Pero ¿cómo sabes si sentirías lo mismo en el futuro? Además, "el que confía en su propio corazón es estúpido". (Proverbios 28:26.) Nuestro corazón puede ser traicionero y engañoso y puede cegarnos e impedir que veamos nuestros verdaderos motivos. Y ¿sabes realmente lo que tu amiga [o amigo] siente por ti?*

***En su libro** The Friendship Factor (El factor de la amistad), Alan Loy McGinnis aconseja: "No confíes demasiado en ti mismo". Toma precauciones, tal vez limitando tu asociación con otros a actividades en grupo que estén bien supervisadas. Evita los despliegues de afecto inapropiados y el estar a solas en ambientes románticos. Si te sientes perturbado, habla francamente con tus padres y personas mayores, en vez de hablar con algún joven del sexo opuesto.*

***Y ¿qué hay si,** a pesar de tomar precauciones, se desarrolla una situación de sentimientos amorosos no correspondidos? 'Habla la verdad', y aclara a la otra persona tu posición. (Efesios 4:25.) Si el problema persiste, quizás sea mejor que te mantengas a distancia. "Sagaz es el que ha visto la calamidad y procede a ocultarse." (Proverbios 22:3.) O como dice el libro de que citamos arriba: "Huye si es necesario. De vez en cuando, por más que tratemos, alguna amistad con una persona del sexo opuesto se pasa de lo apropiado, y sabemos en qué va a terminar". Entonces es tiempo de retirarse de esa situación.*

citas sea una fuente de irritación y calamidad? No necesariamente. ¡Pero puede serlo si lo haces con el motivo incorrecto ('para divertirte') o si lo haces antes de estar preparado para ello! Por eso, puede que las siguientes preguntas te sean útiles al examinar tu situación personal.

¿Contribuirá a mi desarrollo emocional el concertar citas, o lo estorbará? El concertar citas puede limitarte a la relación con solo una persona más. ¿No te sería provechoso, más bien, ensanchar tus asociaciones y abarcar a un número mayor de personas? (Compara con 2 Corintios 6:12, 13.) Una joven llamada Susan dice: "Aprendí a cultivar amistades estrechas con cristianas mayores de la congregación. Ellas necesitaban compañerismo, y yo necesitaba su influencia estabilizadora. Así que las visitaba y nos sentábamos a tomar café. Hablábamos y nos reíamos. Establecí amistades verdaderas y duraderas con ellas".

'¿Cómo puedo dejar a Kathy sin herir sus sentimientos?'

Al tener una diversidad de amigos —mayores y jóvenes, solteros y casados, hombres y mujeres— aprendes a hallarte cómodo entre otras personas, lo que incluiría a personas del sexo opuesto, con menos presión de la que sentirías en una cita. Además, al asociarte con parejas casadas adquieres un punto de vista más realista del matrimonio. Más tarde estarás mejor preparado para escoger un buen cónyuge y desempeñar tu papel en el matrimonio. (Proverbios 31:10.) Una joven llamada Gail dijo: "No estoy lista para casarme. Todavía estoy conociéndome a mí misma y tengo muchas metas espirituales que quiero alcanzar. Por eso, en verdad no tengo que envolverme ahora en una relación estrecha con algún muchacho".

¿Quiero herir los sentimientos de otra persona? Si formas enlaces amorosos sin la perspectiva de casarte, tanto tus sentimientos como los de la otra persona pueden resultar profundamente heridos. ¿Es realmente justo darle mu-

cha atención romántica a alguien para adquirir experiencia sobre el otro sexo? (Ve Mateo 7:12.)

¿Qué dicen mis padres? Muchas veces los padres ven peligros que tú no ves. Después de todo, hubo un tiempo en que ellos fueron jóvenes. ¡Saben de los graves problemas que pueden surgir cuando una pareja joven comienza a pasar mucho tiempo junta! Por eso, si tus padres no aprueban el que salgas con alguien en citas, no te rebeles. (Efesios 6:1-3.) Es probable que sencillamente crean que debes esperar hasta que tengas más edad.

¿Podré seguir las normas bíblicas sobre la moralidad? Uno puede enfrentarse con mayor éxito a los impulsos sexuales cuando ha "pasado la flor de la juventud"... y aun entonces no es fácil. ¿Estás en verdad listo en este período de tu vida para entrar en una relación estrecha con alguien del sexo opuesto sin caer en lo impuro, sin perder la castidad?

Es interesante que muchos jóvenes se hacen estas preguntas y terminan pensando como Mary Ann (mencionada antes). Ella dijo: "Me resolví a no dejar que lo que otros pensaban sobre las citas influyera en mí. No iba a salir con nadie sino hasta cuando tuviera suficiente edad, estuviera preparada para casarme y encontrara a alguien que tuviera las cualidades que yo quería en un esposo".

Así Mary Ann saca a la luz *la pregunta crítica* que tendrás que hacerte antes de empezar a concertar citas.

Preguntas para consideración — **Capítulo 29**

- ☐ ***¿Qué significa para ti la expresión "concertar citas"?***
- ☐ ***¿Por qué se sienten presionados a concertar citas algunos jóvenes?***
- ☐ ***¿Por qué no es sabio concertar citas mientras se está en "la flor de la juventud"?***
- ☐ ***En cuanto a concertar citas, ¿cómo puede el joven 'evitar la calamidad'?***
- ☐ ***¿Qué problemas pueden surgir cuando un muchacho y una muchacha son 'solo amigos'?***
- ☐ ***¿Cómo puedes saber si estás listo para concertar citas o no?***

¿Estoy preparado para casarme?

EL MATRIMONIO no es un juego. El propósito de Dios era que marido y mujer forjaran un vínculo permanente, más estrecho que cualquier otra relación entre humanos. (Génesis 2:24.) Por eso, el cónyuge de uno es alguien a quien uno va a adherirse —o a quien va a soportar— por el resto de la vida.

Todo matrimonio puede estar seguro de que experimentará "aflicciones y trabajos". (1 Corintios 7:28, *Versión Torres Amat.)* Pero Marcia Lasswell, profesora sobre asuntos de la conducta, advierte: "Si hay un dato irrebatible con relación a la posible duración de un matrimonio, es que los cónyuges demasiado jóvenes lo tienen todo en su contra".

¿Por qué naufragan tantos matrimonios jóvenes? La respuesta a eso pudiera darte la clave para determinar si *tú* tienes o no la preparación debida para casarte.

Se espera mucho

"Teníamos una idea muy equivocada del matrimonio —confiesa una adolescente—. Creíamos que podríamos ir y venir, hacer lo que nos pareciera, fregar los platos o no; pero no es así." Muchos jóvenes alimentan en sí mismos esos puntos de vista inmaturos sobre el matrimonio. Piensan que es una fantasía romántica. O se casan porque quieren dar la apariencia de ser adultos. Otros simplemente buscan escape de una situación desagradable en el hogar, la escuela o la comunidad. Cierta joven le hizo esta confidencia a su prometido: "Voy a alegrarme mucho cuando nos casemos. ¡Después de eso no tendré que tomar más decisiones!".

Pero el matrimonio no es una fantasía ni la solución para

todos los problemas. Si acaso, plantea todo un nuevo conjunto de problemas. "Muchas adolescentes se casan para jugar a la casa de muñecas —dice Vicky, quien tuvo su primer hijo a los 20 años—. ¡Ah, sí, parece tan divertido! La criatura nacida es para la madre como una muñequita, algo muy encantador con lo que solo va a jugar; pero no es así."

También sucede que muchos jóvenes esperan demasiado de las relaciones sexuales. Un joven que se casó a los 18 años dijo: "Después que me casé descubrí que en poco tiempo las relaciones sexuales pierden su tremendo impacto emocional; y entonces empezamos a afrontar verdaderos problemas". Un estudio de matrimonios adolescentes halló que, después de los problemas económicos, la mayoría de las disputas giraban alrededor de las relaciones sexuales. Sin duda esto se debe a que las relaciones maritales satisfacientes son fruto del altruismo y del dominio de uno mismo... cualidades que a menudo los jóvenes no han cultivado. (1 Corintios 7:3, 4.)

La Biblia da a los cristianos el consejo sabio de que se casen cuando hayan "pasado la flor de la juventud". (1 Corintios 7:36.) El casarte cuando la pasión está en su apogeo



Al casarse, muchos jóvenes no están mucho más preparados que estos

puede deformar tu modo de pensar y cegarte a las debilidades de la persona con quien piensas casarte.

Sin preparación para las responsabilidades

Una esposa adolescente dice de su esposo: "Ahora que estamos casados, solo se interesa en mí para las relaciones sexuales. Cree que estar con sus amigos es tan importante como estar conmigo. [...] Yo creía que sería el centro de su atención, pero me engañé". Aquí se destaca un concepto erróneo que es común entre los varones jóvenes: creen que, siendo esposos, todavía pueden vivir como los solteros.

Una esposa de 19 años de edad menciona un problema común entre las esposas jóvenes: "Preferiría ver la televisión y dormir a limpiar la casa y preparar las comidas. Me avergüenzo cuando nos visitan mis suegros, porque ellos mantienen su casa bonita, y la mía siempre está desordenada. Como cocinera también soy pésima". ¡Cuánta tensión puede añadir a un matrimonio el que la esposa joven no atienda bien la casa! "El matrimonio implica compromiso serio —declaró Vicky, de quien ya citamos—. No es juego. La diversión de la boda termina. Enseguida empieza la vida diaria, y eso no es fácil."

Y ¿qué hay del duro trabajo diario de mantener a una familia? Mark, esposo de Vicky, dice: "Recuerdo que para mi primer empleo tenía que levantarme a las seis de la mañana. Seguía diciéndome: 'Esto es mucho esfuerzo.



¿Tendré alivio alguna vez?'. Y después, cuando llegaba a casa, me parecía que Vicky no podía comprender lo que yo sufría".

Problemas económicos

Esto nos lleva a otra causa de discordia en los matrimonios jóvenes: el dinero. Cuarenta y ocho parejas de adolescentes reconocieron que, después de tres meses de casados, su problema mayor era el "gasto de los ingresos de la familia". Después de casi tres años, a 37 de estas parejas se les hizo la misma pregunta. De nuevo encabezaron la lista los problemas económicos... ¡y las parejas estaban más angustiadas aún! "¿Cómo va a disfrutar uno de la vida —preguntó Bill— si nunca tiene suficiente dinero para comprar lo que necesita para estar contento? [...] Cuando uno no gana lo suficiente como para arreglárselas desde un día de pago hasta el siguiente, el resultado puede ser muchas peleas y mucha infelicidad."

Los problemas económicos son comunes entre los adolescentes, pues muchas veces sucede que el índice de desempleo más alto y los salarios más bajos están entre personas de esa edad. "Porque no podía mantener a mi familia, tuvimos que irnos a vivir con mis padres —admitió Roy—. Eso creó verdadera tensión, especialmente porque también teníamos un hijo." Proverbios 24:27 aconseja: "Prepara tu trabajo fuera, y alístatelo en el campo. Después también tienes que edificar tu casa". En tiempos bíblicos los hombres trabajaban duro hasta llegar a la situación que les permitía mantener una familia. Por no haber hecho las preparaciones adecuadas, hoy día a muchos esposos jóvenes se les hace agobiante el papel de proveedor.

Pero ni siquiera un buen salario pone fin a los problemas económicos si la pareja tiene un punto de vista infantil de las cosas materiales. Cierto estudio reveló que "los adolescentes creían que podrían comprar inmediatamente, para la familia que pensaban tener, muchas cosas que a sus padres quizás

les tomó varios años adquirir". Resueltos a disfrutar de esas cosas materiales ahora, muchos se hundieron profundamente en deudas. Por no tener la madurez necesaria para estar contentos con 'el sustento y con qué cubrirse', aumentaron la tensión en su matrimonio. (1 Timoteo 6:8-10.)

"Una enorme diferencia"

Maureen recuerda: "Estaba enamorada de Don. ¡Él era tan guapo, tan fuerte, tan buen atleta y tan popular! [...] Nuestro matrimonio *tenía* que salir bien". Pero no fue así. El resentimiento llegó a tal punto que, como dice Maureen: "Todo cuanto Don hacía me irritaba... hasta el chasquido de sus labios al comer. Al fin, ninguno de los dos pudo aguantar más". Su matrimonio se desplomó en dos años.

"Si hay un dato irrebatible con relación a la posible duración de un matrimonio, es que los cónyuges demasiado jóvenes lo tienen todo en su contra."—Marcia Lasswell, profesora sobre asuntos de la conducta

¿Qué había llevado a esto? "Había una enorme diferencia entre nuestras metas en la vida", explicó Maureen. "Entonces me di cuenta de que necesitaba a alguien con quien pudiera compartir pensamientos e ideas mientras me desarrollaba intelectualmente. Pero la vida entera de Don giraba en torno a los deportes. De repente, las cosas que para mí habían sido muy importantes a los 18 años perdieron toda su importancia." Los jóvenes suelen tener un punto de vista infantil de lo que desean en un cónyuge, y dan prioridad a la belleza exterior. Proverbios 31:30 advierte: "El encanto puede ser falso, y la belleza puede ser vana".

Examínate

La Biblia llama temerario al que hace un voto solemne a Dios, pero que solo '*después* de los votos está dispuesto a hacer examen'. (Proverbios 20:25.) Por eso, ¿no sería lógico

que te examinaras a la luz de las Escrituras *antes* de dar un paso tan serio como el del voto matrimonial? ¿Qué metas específicas tienes en la vida? ¿Cómo las afectará el matrimonio? ¿Quieres casarte con el único fin de experimentar las relaciones sexuales o evadir ciertos problemas?

Además, ¿con cuánta preparación cuentas para asumir el papel de cónyuge de alguien? ¿Puedes administrar un hogar o ganarte el sustento? Si siempre estás en conflicto con tus padres, ¿podrás llevarte bien con tu cónyuge? ¿Puedes aguantar las pruebas y tribulaciones que vienen con el matrimonio? ¿Has eliminado en verdad "las cosas características de pequeñuelo" con relación al manejo del dinero? (1 Corintios 13:11.) Sin duda, tus padres pudieran decirte mucho en cuanto a cuán preparado estás para casarte.

El matrimonio puede ser una fuente de gran felicidad, o de sufrimiento muy amargo. Depende en gran parte de la preparación que tengas para ello. Si todavía eres adolescente, ¿por qué no esperas algún tiempo antes de comenzar a salir con alguien en citas? El esperar no te hará daño. Sencillamente te dará el tiempo necesario para que en verdad estés preparado cuando des el paso serio —y permanente— del matrimonio, si lo das.

Preguntas para consideración **_Capítulo 30_**

- ☐ ***¿Qué puntos de vista inmaturos sobre el matrimonio cultivan algunos jóvenes?***
- ☐ ***¿Por qué crees que es poco realista casarse solo para tener relaciones sexuales?***
- ☐ ***¿Cómo han mostrado algunos jóvenes que no estaban preparados para el papel de esposo o de esposa?***
- ☐ ***¿Por qué suelen tener serios problemas económicos las parejas jóvenes?***
- ☐ ***¿Qué equivocación cometen algunos jóvenes al escoger cónyuge?***
- ☐ ***¿Qué preguntas pudieras hacerte para ver si tienes la preparación debida para casarte? Después de considerar esta información, ¿cuánta preparación crees que tienes para casarte?***

¿Cómo sé que es amor verdadero?

PARA los soñadores románticos el amor es una sensación misteriosa que se apodera de uno, un éxtasis que solo se experimenta una vez en la vida. Creen que el amor es asunto del corazón únicamente, algo que no se puede comprender, sino solo experimentar. El amor vence todos los obstáculos, y es eterno...

Esas son las descripciones comunes del amor romántico. Y sin duda el enamorarse puede ser una experiencia singularmente hermosa. Pero ¿qué es, precisamente, el amor verdadero?

¿Amor a primera vista?

David conoció a Janet en una fiesta. Se prendó enseguida de su hermosa figura y del efecto del cabello al caerle sobre el ojo cuando reía. Janet quedó fascinada con los ojos castaño oscuro y con la amena conversación de David. ¡Parecía un caso de amor a primera vista!

Por las siguientes tres semanas David y Janet fueron inseparables. Entonces, cierta noche Janet recibió una llamada telefónica de un joven que había sido novio de ella, y quedó muy deprimida. Por eso, llamó a David en busca de consuelo. Pero David vio en aquello una amenaza y, confundido, respondió con frialdad. El amor que los dos creían que duraría para siempre murió aquella misma noche.

¿Estás enamorado de la persona, o de su "imagen"?

Las películas, los libros y los programas de televisión pudieran hacerte creer que el amor a primera vista dura para siempre. Hay que reconocer que por lo general el

atractivo físico es lo que al principio crea un interés mutuo entre dos personas. Como dijo cierto joven: "No es fácil 'ver' la personalidad de nadie". Pero ¿de qué se "enamora" uno cuando solo ha conocido a alguna persona por unas cuantas horas o unos días? ¿No es de la imagen que proyecta? En realidad, uno no sabe mucho de los pensamientos, las esperanzas, los temores, los planes, los hábitos, las aptitudes o habilidades de esa persona. Solo conoce el exterior, no a "la persona secreta del corazón". (1 Pedro 3:4.) ¿Cuánto puede durar un amor como ese?

Las apariencias engañan

Además, las apariencias pueden engañar. La Biblia dice: "El encanto puede ser falso, y la belleza puede ser vana". La hermosa envoltura de un regalo no le indica a uno lo que hay dentro. De hecho, la envoltura más elegante pudiera cubrir un regalo inútil. (Proverbios 31:30.)

Un proverbio dice: "Como nariguera de oro en el hocico de un cerdo, así es la mujer que es bella, pero que está apartándose de la sensatez". (Proverbios 11:22.) Las narigueras eran adornos populares en los tiempos bíblicos. Eran obra exquisita, por lo general de oro macizo. Naturalmente, un adorno como ese sería la primera alhaja que uno notaría en una mujer.

Apropiadamente, el proverbio compara con una "nariguera de oro en el hocico de un cerdo" a la mujer de hermosa apariencia que carece de "sensatez". La belleza sencillamente no cuadra con una mujer insensata; en su

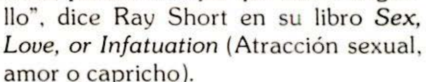


caso resulta un adorno inútil. A la larga, ¡no la hará más atractiva de lo que una bella nariguera hermosea a un cerdo! Entonces, ¡qué error sería 'enamorarse' de la apariencia de alguien y pasar por alto lo que la persona en verdad es interiormente!

"Nada hay tan engañoso"

Sin embargo, algunos piensan que el corazón es infalible cuando emite juicios sobre lo romántico. 'Haz caso a tu corazón', es lo que dicen. '¡Cuando sea amor verdadero, lo sabrás!' Desgraciadamente, los hechos contradicen esa teoría. En una encuesta, 1.079 jóvenes (entre las edades de 18 y 24 años) informaron haber tenido hasta entonces un promedio de siete relaciones amorosas. La mayoría admitió que sus experiencias románticas anteriores habían sido simple encaprichamiento, apasionamiento, una emoción pasajera. ¡Pero esos mismos jóvenes "invariablemente dijeron que su experiencia del momento era amor"! Con todo, algún día en el futuro la mayoría considerará sus relaciones actuales como consideró las del pasado: un simple encaprichamiento.

Lo trágico es que cada año miles de parejas se casan con la ilusión de que están 'enamorados', solo para descubrir, poco después, que han cometido un error. El encaprichamiento "engaña a hombres y mujeres y los lleva a formar matrimonios desdichados; parecen ovejas que van al degüello", dice Ray Short en su libro *Sex, Love, or Infatuation* (Atracción sexual, amor o capricho).





La persona de atractivo físico que sea insensata es "como nariguera de oro en el hocico de un cerdo"

¿Es amor, o encaprichamiento?

EL AMOR	EL ENCAPRICHAMIENTO
1. *Es interés altruista en los intereses de la otra persona*	**1.** *Es egoísta, restrictivo. Uno piensa: '¿Qué me da esto a mí?'*
2. *A menudo el interés romántico empieza lentamente; puede tomar meses o años*	**2.** *La atracción romántica crece rápidamente, quizás en unas horas o unos días*
3. *Uno se siente atraído por el total de la personalidad y las cualidades espirituales de la otra persona*	**3.** *Uno se siente muy impresionado o atraído por la apariencia física de la otra persona. ('¡Tiene unos ojos tan encantadores!' '¡Tiene tan hermosa figura!')*
4. *El efecto en uno es que lo hace mejor persona*	**4.** *Tiene efecto destructivo y desorganizador*
5. *Uno ve a la otra persona de modo realista y nota sus defectos; con todo, la ama*	**5.** *No es realista. La otra persona parece perfecta. Se pasan por alto dudas persistentes sobre ciertos defectos graves de la personalidad*
6. *Se tienen desacuerdos, pero se descubre que se pueden considerar y resolver*	**6.** *Las disputas son frecuentes. Los problemas no se solucionan realmente. Muchas riñas se "resuelven" con un beso*
7. *Uno desea dar de sí mismo a la otra persona y compartir con ella*	**7.** *El énfasis se pone en conseguir u obtener, especialmente en lo que toca a satisfacer los impulsos sexuales*

"El que confía en su propio corazón es estúpido." (Proverbios 28:26.) Con demasiada frecuencia sucede que el juicio que emite nuestro corazón es erróneo o nos lleva por mal camino. De hecho, la Biblia dice: "Nada hay tan engañoso [...] como el corazón". (Jeremías 17:9, *La Biblia al Día.)* Sin embargo, el proverbio antes mencionado pasa a decir: "Pero el que anda con sabiduría es el que escapará". Tú también puedes evitar los peligros y las frustraciones que les han sobrevenido a otros jóvenes si aprendes a reconocer la

diferencia entre un encaprichamiento y el amor que se describe en la Biblia... el amor que nunca falla.

Contraste entre el amor y el encaprichamiento

Calvin, un joven de 24 años, reconoce lo siguiente: "El encaprichamiento es ciego y eso es lo que prefiere ser. No percibe la realidad". Una joven de 16 años llamada Kenya añadió: "Cuando una se encapricha con alguien, cree que todo lo que esa persona hace es perfecto".

El encaprichamiento es un amor falso. Es irreal y egoísta. Las personas que se hallan en esa condición tienden a decir: 'Me siento realmente importante cuando estoy con él. No puedo dormir. No puedo creer lo fantástico que es todo esto', o: 'Nadie me hace sentir lo que siento cuando estoy con ella'. ¿Notaste lo mucho que la persona habla de sí misma y de lo que la complace? ¡Una relación que se basa en el egoísmo va encaminada al fracaso! Pero nota la descripción que la Biblia da del amor verdadero: "El amor es sufrido y bondadoso. El amor no es celoso, no se vanagloria, no se hincha, no se porta indecentemente, no busca sus propios intereses, no se siente provocado. No lleva cuenta del daño". (1 Corintios 13:4, 5.)

Puesto que "no busca sus propios intereses", el amor basado en los principios bíblicos no es egocéntrico ni egoísta. Es cierto que dos jóvenes quizás tengan sentimientos románticos muy intensos y se sientan atraídos mutuamente.



La persona que siempre te humilla ante otros probablemente no te tiene amor genuino

Pero la razón y un profundo respeto a la otra persona ayudarán a equilibrar esos sentimientos. Si lo que sientes es amor verdadero, entonces te interesas en el bien y la felicidad de la otra persona al mismo grado que te interesas en tu propio bien y felicidad. No permites que emociones arrolladoras destruyan tu buen juicio.

Un ejemplo de amor verdadero

El relato bíblico de Jacob y Raquel ilustra claramente esto. Ellos se conocieron en un pozo al que Raquel acudió para abrevar las ovejas de su padre. Jacob se sintió atraído a ella inmediatamente, no solo porque fuera "de hermosa figura y de hermoso semblante", sino porque también adoraba a Jehová. (Génesis 29:1-12, 17.)

"El encaprichamiento es ciego y eso es lo que prefiere ser. No percibe la realidad." —Un hombre de 24 años

Después de pasar un mes en la casa de la familia de Raquel, Jacob dijo que estaba enamorado de Raquel y que quería casarse con ella. ¿Fue eso un simple encaprichamiento romántico? ¡De ninguna manera! Durante aquel mes él vio a Raquel en su ambiente natural y notó cómo trataba a sus padres y a otras personas, cómo efectuaba su trabajo de pastora, y lo serio que tomaba la adoración de Jehová. Sin duda pudo verla en sus "mejores momentos" y en sus "peores momentos". Por lo tanto, el amor que sentía por ella no fue desenfrenado, sino un amor desinteresado basado en la razón y en respeto profundo.

Por eso Jacob pudo decir que estaba dispuesto a trabajar siete años para el padre de Raquel a fin de casarse con ella. ¡De seguro el encaprichamiento no habría durado tanto tiempo! Solo el amor genuino, un interés altruista en la otra persona, habría hecho que aquellos años parecieran "como unos cuantos días". Debido a aquel amor genuino, él y Raquel pudieron mantenerse castos, puros, durante aquel período. (Génesis 29:20, 21.)

¿Cómo puedo sobreponerme a un desengaño amoroso?

Sabes, sin dudarlo, *que es la persona con quien te vas a casar. Ustedes se encuentran a gusto juntos, tienen intereses en común y se atraen mutuamente. Pero la relación termina de repente en un estallido de cólera... o se disuelve en un mar de lágrimas.*

En su libro *The Chemistry of Love (La química del amor), el Dr. Michael Liebowitz asemeja el comienzo del amor a la euforia o sensación de felicidad producida por una droga potente. Pero como en el caso de una droga, si ese amor muere, puede dejar terribles 'síntomas de abstinencia'. Y las reacciones serán las mismas, sea que se trate de un simple encaprichamiento o de 'amor verdadero'. En ambos casos surgen sensaciones eufóricas; pero, si la relación termina, el resultado es angustia y depresión.*

Los sentimientos *de rechazo, dolor y, tal vez, agravio como resultado de un noviazgo roto pueden agriar tu manera de ver el futuro. Una joven dice que se siente 'herida' porque la dejaron plantada. "Ahora solo me limito a decir: 'Hola, ¿qué tal?' [a los jóvenes] —comenta—. No permito que nadie se me acerque." Mientras más profundos sean los sentimientos envueltos en cierta relación amorosa, mayor será el dolor si se disuelve.*

Sí, *la libertad de enamorar a quien uno desee lleva consigo un alto precio: la posibilidad muy real de salir rechazado. No hay garantía absoluta de que se desarrolle el amor verdadero. Por eso, si alguien empezó a enamorarte con intenciones honorables, pero después resolvió que no sería sabio casarse contigo, eso no necesariamente significa que se te haya tratado con injusticia.*

El problema *es que, aunque se rompa un noviazgo con suma prudencia y bondad, todavía sentirás que se te ha herido y rechazado. Sin embargo, esa no es razón para que pierdas tu estima propia. ¡El hecho de que no fueras la persona "idónea" a los ojos de una persona no significa que no puedas serlo a los ojos de otra!*

Trata de *considerar objetivamente la relación que acaba de terminar. Puede que el rompimiento haya puesto de relieve*



aspectos negativos de la otra persona: inmadurez emocional, indecisión, inflexibilidad, intolerancia y falta de consideración por tus sentimientos. Esas son cualidades que de seguro no deseas en un cónyuge.

¿Qué hay si es solo la otra persona la que quiere romper, y tú crees que el matrimonio pudiera tener éxito? Tienes el derecho de expresar lo que crees. Puede que solo haya habido un malentendido. Poco se logra con enfadarse uno y vociferar. Y si la otra persona insiste en romper, no tienes que humillarte, suplicando con lágrimas el afecto de alguien que obviamente no siente nada por ti. Salomón dijo que hay "tiempo de buscar y tiempo de dar por perdido". (Eclesiastés 3:6.)

¿Qué hay si tienes buenas razones para sospechar que la otra persona se estaba valiendo de ti y que desde el mismo principio jamás tuvo intenciones de casarse contigo? No tienes que vengarte. Puedes confiar en que Dios está al tanto de esa manera tortuosa de actuar. Su Palabra dice: "La persona cruel está acarreando extrañamiento a su propio organismo". (Proverbios 11:17; compara con Proverbios 6:12-15.)

Es posible que de vez en cuando te atormenten la soledad o los recuerdos románticos. Si te ocurre eso, no te hará daño llorar un poco. El que participes en alguna actividad física o en el ministerio cristiano también te ayudará. (Proverbios 18:1.) Piensa en cosas que te den gozo y que sean edificantes. (Filipenses 4:8.) Habla a alguna persona en quien confíes completamente. (Proverbios 18:24.) Tus padres también pueden consolarte, aun cuando pienses que tienes suficiente edad para ser independiente. (Proverbios 23:22.) Y sobre todo, confía en Jehová.

Puede que ahora te des cuenta de que debes trabajar en ciertos aspectos de tu personalidad. Quizás sepas mejor que nunca lo que quieres de un cónyuge. El haber amado sin que se te correspondiera tal vez te haga ejercer más cautela en el noviazgo si después conoces a alguien que te atraiga... lo cual puede ser más probable de lo que piensas.

¡Requiere tiempo!

El paso del tiempo no tiene mal efecto en el amor verdadero. De hecho, la mejor manera de poner a prueba lo que sientes por otra persona es dejar que pase algún tiempo. Además, como mencionó una joven llamada Sandra: "Nadie te entrega su personalidad con solo decir: 'Yo soy así. Ahora sabes todo lo que se puede saber sobre mí'". No; también se requiere tiempo para llegar a conocer a la persona en quien te interesas.

"Ahora solo me limito a decir: 'Hola, ¿qué tal?'. No permito que nadie se me acerque"

El tiempo también permite que examines tu interés romántico a la luz de la Biblia. Recuerda, el amor "no se porta indecentemente, no busca sus propios intereses". ¿Se interesa la otra persona en el éxito de tus proyectos, o solo en los suyos? ¿Respeta tus puntos de vista y tus sentimientos? ¿Ha ejercido presión en ti para que hagas cosas que son realmente 'indecentes' para satisfacer sus deseos egoístas? ¿Tiende a rebajarte delante de los demás, o a ensalzarte? El que te hagas preguntas como esas puede ayudarte a evaluar tus sentimientos de manera más objetiva.

Un enamoramiento o apasionamiento precipitado puede resultar en desastre. Jill, una joven de 20 años, explicó: "Sencillamente me enamoré, de repente y con locura". Se casó después de un agitado idilio amoroso de dos meses. Pero entonces comenzaron a salir a la superficie faltas ocultas. Jill empezó a desplegar inseguridad y egocentrismo. Su esposo, Rick, perdió el encanto romántico y se hizo egoísta. Un día, tras de dos años de casada, Jill le gritó a su esposo que él era "tacaño", "holgazán" y "un fracaso". En respuesta, Rick la golpeó en la cara. Jill salió llorando de la casa... y del matrimonio.

No hay duda de que el seguir el consejo bíblico les habría ayudado a salvar su matrimonio. (Efesios 5:22-33.) ¡Pero cuán diferente habría sido la situación si se hubieran conoci-

do mejor antes de casarse! No se habrían enamorado de una "imagen", sino de la verdadera personalidad, con sus cualidades buenas y malas. Habrían tenido esperanzas más realistas.

El amor verdadero no surge de la noche a la mañana. Y no tiene que ser que el mejor cónyuge para ti sea una persona que te parezca sumamente atractiva. Por ejemplo, Barbara conoció a un joven que, como ella reconoce, al principio no le atrajo mucho. Pero "según lo fui conociendo mejor —recuerda Barbara—, todo cambió. Noté el interés de Stephen en otras personas, y que siempre anteponía a sus intereses los de los demás. Yo sabía que esas cualidades lo harían un buen esposo. Esto me atrajo a él y empecé a tenerle amor". El resultado de esto fue un matrimonio duradero.

Por eso, ¿cómo puedes conocer el amor verdadero? Puede que tu corazón te indique algo, pero confía en tu mente entrenada en los principios bíblicos. Trata de conocer más que únicamente la "imagen" externa de la persona. Hay que darle tiempo a la relación para que alcance desarrollo pleno. Recuerda, el encaprichamiento sube rápidamente como una fiebre, pero entonces se desvanece. Con el correr del tiempo el amor genuino se hace cada vez más firme y se convierte en "un vínculo perfecto de unión". (Colosenses 3:14.)

Preguntas para consideración **_Capítulo 31_**

- ☐ *¿Qué peligro encierra el enamorarse de la apariencia de alguien?*
- ☐ *¿Puedes confiar en que tu corazón reconozca el amor verdadero?*
- ☐ *¿Qué diferencias hay entre el amor y el encaprichamiento?*
- ☐ *¿Por qué se disuelven a menudo los noviazgos? ¿Es siempre incorrecto eso?*
- ☐ *¿Cómo puedes tratar con el dolor del rechazamiento si se ha puesto fin a un noviazgo?*
- ☐ *¿Por qué es importante que cada persona se dé tiempo para conocer mejor a la otra?*

¿Cómo tener un noviazgo de éxito?

"TRAS la mayoría de los fracasos en el matrimonio hay fracasos en el noviazgo. Ese punto merece claro énfasis." Eso dijo Paul H. Landis, investigador de asuntos de la vida familiar. La joven Louise puede confirmar la exactitud de esa declaración. Ella explica: "Mi mayor error fue enamorarme de Andy antes de ver la clase de persona que era. Nuestro noviazgo se había limitado mayormente a ocasiones en que estábamos solos. Nunca vi cómo se comportaba fuera de aquellas situaciones 'ideales'". El matrimonio de ellos terminó en divorcio. ¿Cuál es la clave para evitar una tragedia como esa? ¡Un noviazgo de éxito!

Antes de concertar citas

"[La persona] prudente mira bien sus pasos." (Proverbios 14:15, *Versión Moderna.)* El que te enamores de alguien a quien casi no conoces es invitar el desastre... aunque esa persona sea atractiva. ¡Puede que termines casándote con alguien de emociones y metas muy diferentes de las tuyas! Por eso, es prudente que primero observes bien su comportamiento en medio de un grupo, quizás mientras ambos estén disfrutando de alguna forma de recreación.

"Sabía que si me acercaba mucho a ella desde el principio, las emociones me nublarían el juicio —explicó Dave, felizmente casado ya por diez años—. Por eso, observé a Rose desde lejos, sin que ella supiera que me interesaba. Podría ver cómo trataba a otros, o si le gustaba coquetear. En conversaciones informales con ella me enteré de sus circunstancias y metas." También el hablar con alguien que



El observar la conducta de la otra persona en medio de un grupo permite conocerla sin entrar en una relación romántica con ella

conozca bien a la otra persona ayuda a uno a descubrir qué reputación tiene. (Compara con Proverbios 31:31.)

Las primeras citas

Después que hayas decidido quién podría ser el cónyuge apropiado para ti, pudieras acercarte a esa persona y decirle que desearías conocerla mejor*. Si ella está de acuerdo, tu primera cita no tiene que ser un acontecimiento elaborado. Tal vez una cita para una comida o hasta el salir juntos como parte de un grupo te permita familiarizarte mejor con la persona, lo cual te ayudaría a decidir si quieres continuar la relación. El mantener la situación en terreno algo informal ayuda a tranquilizar a ambos si al principio se sienten un poco nerviosos. Y al evitar expresiones de compromiso prematuras pueden minimizar los sentimientos de rechazo —o vergüenza— si uno de los dos pierde el interés.

Prescindiendo del tipo de cita que se planee, llega a tiempo, y con ropa nítida y apropiada. Muestra que puedes entablar y mantener una buena conversación. Escucha atentamente. (Santiago 1:19.) Aunque no hay reglas inflexibles en tales asuntos, el joven querrá seguir las normas locales de los buenos modales. Puede ser el abrirle la puerta a la joven o ayudarla a sentarse. Ella no debe esperar que él

---

* Esto aplica en países donde se acostumbra concertar citas y eso se considera conducta apropiada entre cristianos. Generalmente el varón toma la iniciativa, aunque no hay ningún principio bíblico que impida que una joven exprese modestamente lo que siente si el joven parece tímido o inseguro. (Compara con Cantar de los Cantares 8:6.)

la trate como una princesa, sino que debe mostrar modestia y cooperar con los esfuerzos del joven. Al tratarse con respeto el uno al otro, la pareja puede establecer un modelo de acción para el futuro. Al esposo se le manda 'honrar a su esposa como el vaso más débil'. Y la esposa debe tener "profundo respeto por su esposo". (1 Pedro 3:7; Efesios 5:33.)

¿Es apropiado tomarse de las manos, besarse o hasta abrazarse?, y si lo es, ¿cuándo? El mostrar afecto, cuando se hace mediante expresiones genuinas de cariño y no con pasión egoísta, puede ser tanto limpio como propio. El libro bíblico de Cantar de los Cantares indica que la joven sulamita y el joven pastor a quien ella amaba y con quien pronto se casaría habían intercambiado expresiones de cariño apropiadas. (Cantar de los Cantares 1:2; 2:6; 8:5.) Pero como aquella pareja casta, ustedes dos tendrían que cuidarse de que sus expresiones de cariño no llegaran a ser indecentes ni condujeran a la inmoralidad sexual*. (Gálatas 5:19, 21.) Es lógico que las expresiones de cariño apropiadas deban hacerse solamente cuando la relación se ha desarrollado hasta el punto en que cada uno siente un compromiso para con la otra persona y parece que el matrimonio se hará una realidad. El ejercicio de autodominio por los implicados puede evitarles distraerse de una importante meta del noviazgo de éxito, a saber...

---

* Lee el capítulo 24: "¿Cómo evitar las relaciones sexuales antes del matrimonio?".



El obedecer las normas locales del decoro y los buenos modales establece un modelo de acción de respeto mutuo que puede continuar en el matrimonio

Llegar a conocer a "la persona secreta del corazón"

Un grupo que hizo un estudio informó lo siguiente en el número de mayo de 1980 de la revista *Journal of Marriage and the Family:* "Parece que hay más probabilidades de que un matrimonio sobreviva y prospere cuando cada contrayente posee un conocimiento relativamente completo del ser interno de la otra persona". Sí, es muy importante que llegues a conocer a "la persona secreta del corazón" de tu compañero o compañera. (1 Pedro 3:4.)

Sin embargo, el 'sacar' las intenciones del corazón de la otra persona requiere esfuerzo y discernimiento. (Proverbios 20:5.) Por eso, deben planearse actividades que ayuden a ver cómo es realmente la otra persona. Aunque el ir a ver una película o escuchar un concierto pudiera bastar al principio, el participar en actividades que se presten a que haya más conversación (como al salir a patinar, a un juego de bolos o a visitar parques zoológicos, museos o galerías de arte) puede ayudarles a conocerse mejor.

"Parece que hay más probabilidades de que un matrimonio sobreviva y prospere cuando cada contrayente posee un conocimiento relativamente completo del ser interno de la otra persona."
—Journal of Marriage and the Family

Para saber cómo piensa la otra persona, hazle preguntas francas como: '¿Qué haces en tu tiempo libre?', 'Si tuvieras suficiente dinero, ¿qué te gustaría hacer?', '¿Qué aspecto de nuestra adoración a Dios te agrada más? ¿Por qué?'. Estas preguntas permiten un sondeo que te ayudan a descubrir qué le es precioso a la otra persona.

A medida que se profundice la relación entre ustedes dos y consideren más seriamente el matrimonio, más necesario será que hablen con franqueza sobre asuntos importantes: qué cosas valoran sobre otras; dónde y cómo vivi-

¿Deberíamos romper?

***Al acercarse** unas relaciones románticas al momento crucial en que hay que tomar una decisión, no es raro que surjan dudas. ¿Qué hay si las dudas surgen como consecuencia de defectos serios que ves en la otra persona, o de fallas en las relaciones mismas?*

Por ejemplo, es cierto que hasta personas que se estiman pueden tener desacuerdos a veces. (Compara con Génesis 30:2; Hechos 15:39.) Pero si casi nunca están de acuerdo, si todas las discusiones terminan en gritos o si las relaciones son solo un ciclo interminable de romper y hacer las paces, ¡cuidado! Una encuesta en que participaron 400 médicos reveló que las disputas constantes son clara indicación de "que no se está preparado emocionalmente para el matrimonio", y hasta quizás revelen "que la pareja no es compatible".

El descubrir defectos perturbadores en un cónyuge en perspectiva pudiera ser otra causa de preocupación. El que esa persona despliegue un temperamento violento o hasta indicios de egoísmo, falta de madurez, disposición caprichosa o terquedad puede hacer que te preguntes si querrías pasar el resto de la vida con esa persona. Sin embargo, muchos pasan por alto esos defectos o tratan de justificarlos, y parecen resueltos a lograr que la relación continúe a toda costa. ¿A qué se debe eso?

Puesto que para los cristianos verdaderos el noviazgo es un asunto serio —y así debe ser—, hay quienes piensan que están obligados a casarse con la persona con quien salen. Puede que también teman enfrentarse a ella y herir sus sentimientos. Otros quizás sencillamente teman que no podrán encontrar a ninguna otra persona con quien casarse. Pero esas no son buenas razones para prolongar un noviazgo lleno de dificultades.

El propósito del noviazgo es analizar la posibilidad de casarse con la persona con quien se sale. Y si el cristiano empieza el noviazgo de buena fe, no está obligado a continuarlo si ve faltas en él. Además, ¿no sería impropio y egoísta prolongar unas relaciones que van en deterioro por pensar que 'qui-



zás no encuentres a nadie más'? (Compara con Filipenses 2:4.) Por eso, es importante que la pareja se encare a sus problemas, no que los evada. Empieza por observar con detenimiento y cuidado a la persona con quien sales.

Por ejemplo: ¿Hay prueba de que la mujer implicada llegará a ser una esposa sumisa y capaz? (Proverbios 31:10-31.) ¿Ha dado prueba el hombre implicado de que mostrará amor abnegado y será buen proveedor? (Efesios 5:28, 29; 1 Timoteo 5:8.) Alguien pudiera afirmar que es siervo celoso de Dios, pero ¿hay obras que respalden esa afirmación acerca de su fe? (Santiago 2:17, 18.)

Por supuesto, si has dedicado mucho tiempo y has puesto mucha emoción en desarrollar una relación con otra persona, no te apresures a terminarla solo porque hayas descubierto que esa persona no es perfecta. (Santiago 3:2.) Pudieras llegar a la conclusión de que puedes vivir con ella a pesar de sus faltas.

¿Qué hay si no es así? Consideren juntos el asunto. ¿Existen diferencias fundamentales en sus metas o puntos de vista, o se trata simplemente de malentendidos? ¿Pudiera ser cuestión de que ambos tengan que aprender a 'refrenar su espíritu' y resolver los problemas con más calma? (Proverbios 25:28.) Si a uno le preocupan ciertos rasgos irritantes de la personalidad del otro, ¿admite humildemente la otra persona sus debilidades y se muestra dispuesta a mejorar? ¿O tendrás tú que ser menos sensible? (Eclesiastés 7:9.) El 'soportarse el uno al otro en amor' es parte vital de un buen matrimonio. (Efesios 4:2.)

Más bien que destruir su relación, ¡una conversación franca pudiera revelarles que puede desarrollarse más! Pero si el considerar las dificultades solo causa mayor tirantez entre ambos, no pasen por alto que esto es señal clara de que el contraer matrimonio muy posiblemente resultaría en desastre. (Proverbios 22:3.) Pudiera ser que la situación no mejorara después de casarse. Un rompimiento pudiera ser lo más conveniente para ambos.

rán; asuntos financieros, incluso si ambos tendrán empleo seglar; si tendrán hijos o los evitarán; conceptos del papel que desempeñará cada uno en el matrimonio; y metas, tanto para el futuro inmediato como para el distante, y cómo piensan alcanzarlas. Muchos jóvenes testigos de Jehová emprenden la obra de evangelizador de tiempo completo cuando terminan su educación académica, y desean seguir sirviendo así después de casarse. Este tiempo es oportuno para que ambos se aseguren de que sus metas espirituales sean compatibles. También es tiempo de revelar ciertos asuntos, quizás del pasado, que pudieran afectar el matrimonio. Estos pudieran ser deudas u otras obligaciones que tengan. También deben considerar francamente asuntos de la salud, como si han padecido de alguna enfermedad grave, y las consecuencias de esta.

En esas conversaciones, sigue el ejemplo de Elihú, quien dijo: "Mis palabras declararán la rectitud de mi corazón; y lo que saben mis labios, lo dirán con sinceridad". (Job 33:3, *Versión Moderna.)* Al explicar cómo su noviazgo la preparó para lo que ha resultado ser un matrimonio feliz, Esther dijo: "Nunca me puse a fingir ni a decir que concordaba con Jaye cuando yo no opinaba como él. Todavía no hago eso. Siempre me esfuerzo por ser honrada".

No trates de evadir ni encubrir asuntos delicados por temor de poner en aprietos a la otra persona. Beth cometió ese error mientras era novia de John. Le dijo que creía en ahorrar para el futuro y no derrochar el dinero. John le dijo que opinaba igual. Beth no hizo más preguntas sobre el asunto, pues creía que ambos tenían el mismo punto de vista sobre los asuntos financieros. ¡Pero resultó que la idea de John de ahorrar para el futuro era ahorrar para comprarse un nuevo auto deportivo! Lamentablemente, después que se casaron quedó patente que no concordaban en cómo gastar el dinero.

Desacuerdos de ese tipo se pueden evitar. Louise, a quien mencionamos ya, dice lo siguiente al recordar su

Si está claro que un noviazgo no va bien, lo bondadoso sería tener una conversación franca en la que se explique por qué debe terminar la relación



noviazgo: "Debí haber hecho muchas otras preguntas, como: '¿Qué hay si yo quedara encinta y tú no quisieras un bebé? ¿Qué harías?'. O: 'Si tuviéramos deudas y yo quisiera quedarme en casa para atender a nuestro hijo, ¿cómo te las arreglarías?'. Habría notado cuidadosamente cómo reaccionaba". Conversaciones como esas pueden sacar a la superficie cualidades del corazón que deberían conocerse antes de contraer matrimonio.

¡Observa a la otra persona en acción!

"Una persona puede ser muy amable cuando está contigo a solas —explica Esther—. Pero cuando hay otra gente alrededor quizás se vea en una situación inesperada. Puede que uno de tus amigos diga algo que a esa persona no le agrade. Ahora puedes ver cómo actúa bajo presión. ¿Se pondrá a discutir? ¿Responderá con sarcasmo?" Esther llega a esta conclusión: "Fue muy provechoso que estuviéramos en la compañía de amigos y familiares de ambos mientras éramos novios".

Aparte de la recreación, pasen tiempo trabajando juntos. Participen juntos en obras cristianas, como en el ministerio cristiano y el estudio de la Palabra de Dios. También, hagan tareas que después llegarán a ser parte de la vida cotidiana matrimonial... comprar alimentos, preparar una comida, lavar los platos y limpiar la casa. Por hallarse juntos tú y la otra persona en circunstancias de la vida real —hasta en momentos en que ella muestre su peor aspecto— podrás ver lo que en verdad hay tras cualquier fachada agradable de la otra persona.

El joven pastor del Cantar de los Cantares vio cómo actuaba su joven amada cuando la afligía la desilusión o mientras laboraba bajo el sol candente... y sudaba y se cansaba. (Cantar de los Cantares 1:5, 6; 2:15.) Después de ver la lealtad con que ella resistió los intentos del acaudalado rey Salomón para atraerla, el pastor exclamó: "Eres del todo hermosa, oh compañera mía, y no hay defecto en ti". (Cantar de los Cantares 4:7.) Por supuesto, no quiso decir que era perfecta, sino, básicamente, que no tenía ninguna mancha o defecto moral. Su fortaleza moral daba realce a su belleza física, lo cual compensaba por cualquier defecto de ella. (Compara esto con Job 31:7.)

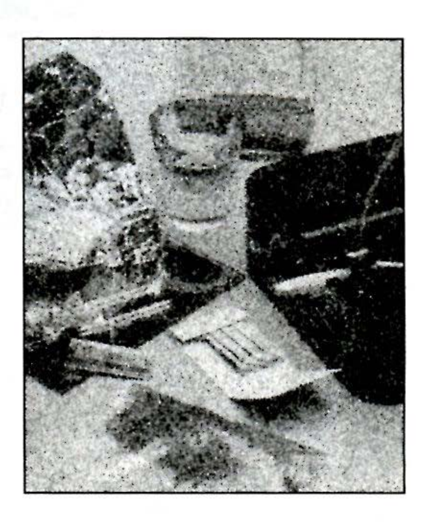
Toma tiempo hacer una evaluación de ese tipo. Por eso, evita un noviazgo apresurado. (Proverbios 21:5.) Generalmente el hombre y la mujer hacen todo esfuerzo posible, cada uno, para ganarse el amor del otro. Cuando se permite que pase tiempo suficiente, los hábitos y las tendencias desagradables se manifiestan de una manera u otra. A la pareja que no solo se da tiempo, sino que también saca el mayor provecho de este, probablemente se le hará más fácil ajustarse al matrimonio. Con los ojos abiertos, emprenderán la vida matrimonial confiando en que podrán resolver los desacuerdos que surjan. Un buen noviazgo los habrá preparado para un matrimonio que tendrá éxito y será feliz.

Preguntas para consideración — **Capítulo 32**

- ☐ ***¿Cuál es el fin principal de un noviazgo, y cuán importante es el noviazgo para la felicidad en el matrimonio?***
- ☐ ***¿Qué puede ayudarte a conocer cómo es realmente la otra persona?***
- ☐ ***¿Qué clase de conversaciones contribuyen a un buen noviazgo?***
- ☐ ***¿Por qué es provechoso que los que quieren conocerse pasen tiempo juntos en medio de diversas circunstancias?***
- ☐ ***¿Qué indicaciones pudiera haber de que la relación no va bien?***
- ☐ ***¿Cuándo debería ponerse fin a un noviazgo?***

La trampa de las drogas y la bebida

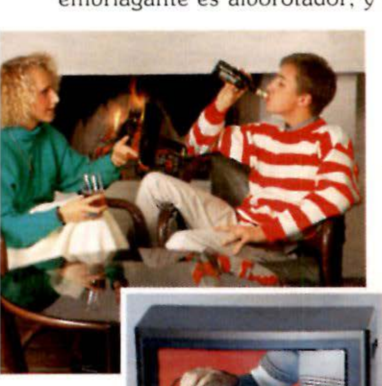
La marihuana, la cocaína, el "crack" y la bebida se han convertido en parte tan obvia de la vida de algunos adolescentes como la música "rock". Pero dígante lo que te digan otros jóvenes, las drogas y la bebida son una trampa mortal. ¿Por qué han caído en esa trampa tantos jóvenes? ¿Y qué puedes hacer tú para no caer en ella?



Las bebidas alcohólicas... ¿por qué no?

'¿ES MALO tomar bebidas alcohólicas? ¿De veras causa daño? ¿O es solo malo que yo beba, pero está bien para los adultos?' Bien puede ser que te hayas hecho esas preguntas. Después de todo, quizás tus padres usen esas bebidas. Hay muchos jóvenes de tu edad que toman bebidas alcohólicas (prescindiendo de las limitaciones que por ley se impongan a jóvenes de ciertas edades). Programas de televisión y películas hacen atractivo el beber.

Cuando las bebidas alcohólicas se usan con moderación, pueden ser en verdad fuente de placer. La Biblia reconoce que el vino puede alegrar el corazón o hacer que se disfrute mejor de una comida. (Eclesiastés 9:7.) Sin embargo, el abuso de las bebidas alcohólicas causa problemas graves que varían desde riñas con los padres, los maestros y la policía hasta muerte prematura. Como dice la Biblia: "El vino es burlador, el licor embriagante es alborotador, y todo el que se descarría por él



La influencia de compañeros, de la televisión y a veces hasta de los padres hace que algunos jóvenes empiecen a beber



no es sabio". (Proverbios 20:1.) Por eso, es importante que tomes una decisión responsable respecto a las bebidas alcohólicas.

Pero ¿cuánto sabes en verdad sobre las bebidas alcohólicas y sus efectos? La prueba que sigue te permitirá averiguarlo. Sencillamente indica si estas declaraciones son ciertas o falsas:

1. *Las bebidas alcohólicas son principalmente estimulantes* .... ___
2. *Cualquier cantidad de alcohol que se ingiera perjudica al cuerpo humano* .... ___
3. *Todo tipo de bebida alcohólica —licor, vino, cerveza— se absorbe en la sangre con la misma rapidez* . ___
4. *Uno puede desembriagarse con mayor rapidez si bebe café o se da una ducha fría* .... ___
5. *La misma cantidad de alcohol tiene el mismo efecto en toda persona que bebe* .... ___
6. *La borrachera es lo mismo que el alcoholismo* .... ___
7. *Cuando bebidas alcohólicas y otras drogas sedantes (como los barbitúricos) se toman juntas, cada una multiplica los efectos de la otra* .... ___
8. *El cambiar de bebida evitará que la persona se emborrache* .... ___
9. *El cuerpo digiere el alcohol como digiere la comida*... ___

Ahora compara tus respuestas con las que aparecen en la página 270. ¿Tenías ideas incorrectas sobre el alcohol? Si así es, ten muy presente que el no conocer los efectos del alcohol puede costarte la vida. La Biblia nos advierte que cuando se abusa del alcohol este 'muerde justamente como una serpiente, y segrega veneno justamente como una víbora'. (Proverbios 23:32.)

Por ejemplo, considera el caso de John, quien se casó en la adolescencia. Cierta noche, después de una riña con su joven esposa, salió de la casa enfurecido y resuelto a emborracharse. Después de beberse de golpe casi medio litro (una pinta) de vodka, cayó en estado de coma. Si no hubiera sido por los esfuerzos de los médicos y las enfermeras, pudiera haber

‘Por qué empezamos a beber’

Entrevista con adolescentes que bebían

Entrevistador: *¿Por qué bebían?*

Bill: *Lo hice al principio por mis compañeros. Era la moda, especialmente en los fines de semana.*

Dennis: *Empecé a beber como a los 14 años. Papá bebía demasiado. En casa siempre había fiestas con bebidas alcohólicas. De niño noté que se esperaba que uno bebiera entre los amigos. Después, cuando crecí, estuve con un grupo de jóvenes desordenados. Bebía para que me aceptaran los demás.*

Mark: *Yo participaba en los deportes. Cuando tenía unos 15 años empecé a beber con los muchachos del equipo de baloncesto. Creo que lo hacía principalmente por curiosidad.*

Joan: *A mí me afectó muchísimo lo que veía en la TV. Veía beber a los personajes. Me atraía aquello.*

Paul: *Mi padre es alcohólico. Ahora comprendo que la razón de los muchos problemas que teníamos era el alcoholismo. Yo quería escapar de aquella situación. Es irónico que eso fue parte de lo que me llevó a la bebida.*

Joan: *Por lo general mis padres no usaban mucho las bebidas alcohólicas. Pero recuerdo que, en las fiestas, mi papá se jactaba de lo mucho que podía beber. Parece que desarrollé la misma actitud... creía que era especial. En una ocasión me fui de parranda con otros jóvenes. Bebimos por varias horas. No quedé tan afectada como los demás. Recuerdo que pensé: ‘Soy como papá’. Supongo que en verdad me afectó su actitud hacia las bebidas alcohólicas.*

Entrevistador: *Pero ¿por qué beben muchos hasta embriagarse?*

Mark: *Para eso bebíamos... para emborracharnos. El sabor de la bebida no importaba.*

Entrevistador: *Entonces, ¿bebías por el efecto?*

Mark: *Sí.*

Harry: *Yo diría lo mismo. Es como subir por una escalera. Cada vez que uno bebe, procura un efecto más fuerte... el siguiente peldaño de la escalera.*

muerto. Evidentemente no sabía que el beber rápidamente una gran cantidad de alcohol puede hasta causar la muerte. La ignorancia casi le costó la vida.

El efecto de rebote

Este es uno de los efectos más engañosos de las bebidas alcohólicas. El alcohol es un calmante, no un estimulante. La aparente sensación de bienestar que experimentas después de beber se debe a que el alcohol disminuye tu nivel de ansiedad. Te sientes tranquilo, menos inquieto, menos preocupado que antes de beber. Por eso, cuando las bebidas alcohólicas se ingieren con moderación, pueden ayudar hasta cierto grado a la persona a 'olvidar su penoso afán'. (Proverbios 31:6, 7.) Por ejemplo, un joven llamado Paul bebía para escapar de los problemas familiares. "Aprendí desde muy joven que el beber era un modo de aliviar la presión que sentía —recuerda él—. Me tranquilizaba la mente."

Eso no causa ningún daño, ¿verdad? ¡Falso! Las bebidas alcohólicas tienen un efecto de rebote. Después de un par de horas, cuando ha desaparecido el efecto calmante del alcohol, tu nivel de ansiedad vuelve, o rebota, pero no al nivel normal. ¡Sube a un nivel más alto del anterior! Te sientes más inquieto o tenso que antes. El desintoxicarte del alcohol puede durar hasta 12 horas. Es verdad que si te tomas otro trago tu nivel de ansiedad vuelve a disminuir. Pero unas horas después aumenta, ¡esta vez a un nivel más alto que antes! Y así se sigue en una situación insoluble de exaltamientos artificiales y abatimientos cada vez peores.

Visto todo, a la larga las bebidas alcohólicas en verdad no

El alcohol, mal usado, puede 'morder como una serpiente'



Beber y conducir... una combinación mortal

***"El conducir en estado de embriaguez** es la causa principal de muertes entre los jóvenes de 16 a 24 años", dice el Report on the National Conference for Youth on Drinking and Driving (Informe sobre la conferencia nacional estadounidense para la juventud sobre el beber y conducir) para 1984. De hecho, "un adolescente tiene cuatro veces más probabilidades de verse en un accidente de tráfico por el alcohol que los demás conductores" (Just Along for the Ride [Solo voy para pasearme]). Esas muertes innecesarias se deben en parte a los muchos mitos que persisten sobre los efectos del alcohol. He aquí unos ejemplos típicos:*

MITO: No es peligroso conducir si uno sólo se ha bebido dos cervezas.

***HECHO: "El alcohol de dos latas de cerveza de 355 mililitros (12 onzas) ingeridas en menos de una hora puede reducir el tiempo de reacción del conductor en dos quintas partes de un segundo, lo cual permitiría que un automóvil que viajara a 89 kilómetros (55 millas) por hora recorriera otros 10,4 metros (34 pies), posiblemente la diferencia entre escasamente evitar el accidente y tenerlo".** —Development of a Traffic Safety and Alcohol Program for Senior Adults (Desarrollo de un programa para personas mayores sobre el alcohol y la seguridad en el tráfico), por James L. Malfetti, doctor en pedagogía, y Darlene J. Winter, doctora en filosofía.*

MITO: Puedes conducir mientras no te parezca que estás embriagado.

HECHO: Es peligroso confiar en cómo se siente uno. El alcohol crea una ilusión de bienestar y hace que el bebedor crea que todo está bajo control, cuando en realidad no cuenta con el pleno uso de sus facultades.

***Peligroso** como es para cualquiera conducir después de haber bebido, el riesgo es mayor aún para los jóvenes. En los jóvenes la capacidad de conducir bajo la influencia del alcohol "empeora más rápidamente que en los adultos, porque el conducir es una destreza más nueva y menos rutinaria para ellos. En pocas palabras, la mayoría de los adolescentes tienen poca experiencia tanto en conducir como en beber, y, por mucho, menos aún en mezclar el beber*

con el conducir".— *Senior Adults, Traffic Safety and Alcohol Program Leader's Guide* *(Guía para el director del programa sobre las personas mayores, el alcohol y la seguridad en el tráfico), por Darlene J. Winter, doctora en filosofía.*

Además, *se requiere menos alcohol para embriagar a un joven que a un adulto. Por lo general los jóvenes pesan menos que los adultos, y mientras menos pesa una persona, menos fluido tiene en el cuerpo para diluir el alcohol que ingiere. Mientras mayor sea la concentración de alcohol en la sangre de uno, más embriagado estará.*

"Sagaz *es el que ha visto la calamidad y procede a ocultarse, pero los inexpertos han pasado adelante y tienen que sufrir la pena." (Proverbios 22:3.) Cuando se consideran los peligros de beber y conducir, eres "sagaz" si te prometes a ti mismo que nunca conducirás después de haber bebido. Así no solo evitarás accidentes que te dejen inválido —o te maten—, sino que también estarás respetando la vida de otros.*

También debes *resolverte a: 1) nunca viajar en un automóvil con un conductor que haya estado bebiendo y 2) nunca permitir que conduzca un amigo que haya estado bebiendo. Quizás tu amigo se moleste, pero puede que te lo agradezca cuando recobre el juicio. (Compara con Salmo 141:5.)*

Nunca viajes en un automóvil con un conductor que haya estado bebiendo, ni permitas que conduzca un amigo que haya estado bebiendo



te quitan la ansiedad. Bien puede ser que te la aumenten. Y cuando desaparezcan los efectos del alcohol, todavía tienes los mismos problemas.

Atrofia emocional

Hay quienes afirman que las bebidas alcohólicas les ayudan a funcionar mejor. Por ejemplo: por ser muy tímido, a Dennis hasta se le hacía difícil entablar una conversación sencilla, pero entonces descubrió algo. Dijo: "Después de unos cuantos tragos alcanzaba soltura".

El problema es que uno no madura por huir de las situaciones difíciles, como lo hizo Dennis, sino por enfrentarse a ellas. El que aprendas a encararte a las dificultades durante la juventud es solo un ensayo para las pruebas que te vendrán cuando seas adulto. Por eso Dennis halló que, a la larga, los efectos temporales del alcohol no le ayudaron a vencer la timidez. Dice: "Cuando desaparecían los efectos del alcohol, volvía a encerrarme en mí mismo". ¿Qué hay de Dennis ahora, años después? Continúa él: "La realidad es que nunca aprendí a comunicarme con la gente desde el nivel de mi verdadera persona. Creo que en ese sentido quedé atrofiado".

La bebida puede poner al joven en una situación insoluble de exaltamientos artificiales y abatimientos cada vez peores

Lo mismo sucede cuando uno usa el alcohol como apoyo para encararse a la tensión. Joan, quien hizo eso cuando era adolescente, confiesa: "Hace poco, al hallarme en una situación tensa, me dije: '¡Qué bien me vendría un *trago* ahora mismo!'. Uno cree que puede tratar mejor con la situación si se da un trago". ¡Eso no es cierto!

Un artículo que se publicó en la revista *New York State Journal of Medicine* dice: "Cuando se usan las drogas [incluso el alcohol] como alivio en situaciones difíciles —académicas, sociales o de persona a persona—, se elimina la necesidad de adecuarse sanamente para tratar con tales situaciones. Puede que uno no sienta los efectos de esto sino hasta cuando es



El beber y conducir suele terminar así

adulto, cuando, como resultado, se le hace difícil establecer relaciones personales estrechas y uno queda aislado emocionalmente de otros". ¡Es mucho mejor enfrentarte a los problemas y las situaciones difíciles y tratar directamente con ellos!

"Rehusó tomarlo"

Considera el ejemplo de Jesucristo. Durante la última noche de su vida terrestre, Jesús aguantó una prueba que lo sometió a terrible tensión. Después de haber sido traicionado y arrestado, aguantó una serie de interrogatorios en los que se levantaron acusaciones falsas contra él. Finalmente, después de una noche entera sin dormir, fue entregado para ser fijado en un madero. (Marcos 14:43–15:15; Lucas 22:47–23:25.)

Entonces le ofrecieron algo que le embotaría los sentidos... una sustancia que le alteraría el humor y le facilitaría afrontar aquella difícil situación. La Biblia explica: "Trataron de darle vino drogado con mirra, pero él rehusó tomarlo". (Marcos 15:22, 23.) Jesús quería tener pleno dominio de sus facultades. Quería enfrentarse con aquella difícil situación cara a cara. ¡No era de los que evaden la realidad! Sin embargo, más tarde, cuando evidentemente se le ofreció un poco de vino *no mezclado con drogas* para calmar la sed, Jesús aceptó. (Juan 19:28-30.)

En comparación con ese caso, tus problemas, presiones o

Respuestas a la prueba de cierto o falso (Página 263)

1. FALSO. *El alcohol es principalmente calmante. Puede causarte una sensación de bienestar porque reduce tu nivel de ansiedad, por lo cual te sientes más tranquilo, menos inquieto que antes de beber.*

2. FALSO. *El beber con moderación o ingerir pequeñas cantidades de alcohol no parece causar ningún daño grave al cuerpo. No obstante, el beber en exceso y continuamente puede causar daño al corazón, el cerebro, el hígado y otros órganos.*

3. FALSO. *Por lo general el licor o las bebidas espiritosas se absorben con mayor rapidez que el vino o la cerveza.*

4. FALSO. *El café puede despertarte, y una ducha fría te puede mojar, pero el alcohol permanece en la sangre hasta que sufre una transformación metabólica en el hígado a una proporción de unos 14 gramos (media onza) de alcohol por hora.*

5. FALSO. *Varios factores, como tu peso y si has comido o no, pueden influir en cómo te afecte el alcohol.*

6. FALSO. *La borrachera es el resultado de beber en exceso. El alcoholismo se caracteriza por falta de control en cuanto a beber. Sin embargo, no todo el que se emborracha es alcohólico, y no todos los alcohólicos se emborrachan.*

7. CIERTO. *Cuando se mezclan con el alcohol, algunas drogas intensifican sumamente las reacciones que por lo general se esperan del alcohol o de la droga por sí sola. Por ejemplo, el mezclar el alcohol con tranquilizantes o sedantes pudiera ocasionar síntomas graves de abstinencia, estado de coma y hasta la muerte. Por lo tanto, el darse un solo trago con una sola píldora tiene un efecto mucho mayor del que uno se pudiera imaginar. ¡De hecho, el efecto de la droga se multiplica tres veces, cuatro veces, diez veces o hasta más!*

8. FALSO. *La borrachera es el resultado de la cantidad total de alcohol ingerido, sea en la ginebra, el whisky, el vodka o en la bebida que sea.*

9. FALSO. *El cuerpo no tiene que digerir el alcohol lentamente, como en el caso de la mayoría de los demás alimentos. Más bien, alrededor del 20% pasa de inmediato a la sangre por las paredes del estómago. El resto pasa del estómago al intestino delgado, y entonces es absorbido en la sangre.*

tensiones son insignificantes. Pero todavía puedes aprender una lección valiosa de la experiencia de Jesús. En vez de usar sustancias que alteran el humor (como las bebidas alcohólicas) para afrontar dificultades, presiones y situaciones desagradables, es mucho mejor que te enfrentes directamente a estas. Mientras más experiencia adquieras en hacer frente a los problemas de la vida, mejor capacitado estarás para resolverlos. Desarrollarás una constitución emocional sana.

Cuando alcances la edad mínima que por ley te permitiría usar bebidas alcohólicas, a ti te tocará decidir (y quizás a tus padres) si vas a usar o no el alcohol de vez en cuando, con moderación. Que tu decisión sea la de una persona bien informada, una decisión inteligente. Si decides no usar el alcohol, no tienes que pedir disculpas a nadie. Pero si según la ley tienes suficiente edad para usar bebidas alcohólicas y decides hacerlo, entonces bebe de manera responsable. Nunca bebas para escapar de la realidad ni para conseguir valor artificialmente. El consejo bíblico es sencillo y directo: "Llena está de desórdenes la embriaguez; no será sabio quien a ella se entrega". (Proverbios 20:1, *Versión Torres Amat.)*

"La realidad es que nunca aprendí a comunicarme con la gente desde el nivel de mi verdadera persona. Creo que en ese sentido quedé atrofiado." —Un joven que abusó del alcohol en la adolescencia

---

Preguntas para consideración **Capítulo 33**

- ☐ ***¿Qué lleva a muchos jóvenes a tomar bebidas alcohólicas?***
- ☐ ***¿Qué conceptos erróneos sobre el alcohol son comunes?***
- ☐ ***¿Por qué es peligroso conducir tras de haber bebido?***
- ☐ ***¿Por qué es peligroso beber para escapar de los problemas?***
- ☐ ***¿Qué debe hacer un joven cuando se encara a problemas, y por qué?***

¿Por qué decir *no* a las drogas?

"EN CUANTO a las emociones soy un niño —dice Mike, de 24 años—. A veces temo a otras personas de mi propia edad, y hasta me dejo intimidar por ellas. Sufro de depresión e inseguridad, y hasta he llegado a pensar en suicidarme."

Ann, de 36 años, se describe a sí misma como "en sentido emocional una niñita" de "poco amor propio". Añade: "Se me hace muy difícil llevar una vida normal".

Mike y Ann están segando las consecuencias de una decisión que tomaron cuando eran muy jóvenes, a saber, usar drogas. Millones de jóvenes hoy día hacen lo mismo... desde la cocaína hasta la marihuana, se inyectan o toman o aspiran o fuman esas drogas. Para algunos jóvenes el usar drogas es un medio de escapar de sus problemas. Otros las prueban por curiosidad. Otros las usan como alivio para la depresión o el aburrimiento. Y una vez que empiezan, muchos continúan usándolas solo por el placer que les causan. Dice Grant, de 17 años: "Fumo [marihuana] solo por los efectos que produce. No para calmarme ni por razones sociales. [...] Nunca la fumé porque otros jóvenes me dijeran que lo hiciera, sino solo porque quise hacerlo".

De todos modos, hay buenas probabilidades de que tarde o temprano entres en situaciones que te expongan a las drogas, o quizás alguien te las ofrezca directamente. "En nuestra escuela, hasta los guardias venden marihuana", dijo un joven. Objetos relacionados con el uso de las drogas se exhiben y venden abiertamente. Sin embargo, a pesar de su popularidad, hay buena razón para que digas *no* a las drogas. ¿Por qué?



Las drogas estorban el desarrollo

Considera el caso de los jóvenes que usan drogas para escapar de los problemas, como Mike y Ann. Ya vimos en el capítulo anterior que el desarrollo emocional viene como consecuencia de encararse a los desafíos de la vida, de saber reaccionar al éxito y sobreponerse a los fracasos. Los jóvenes que evaden los problemas refugiándose en sustancias químicas estorban su desarrollo emocional. No desarrollan las aptitudes que necesitan para encararse a los problemas.

Como sucede con toda aptitud, el saber resolver problemas requiere práctica. Para ilustrarlo: ¿Has observado alguna vez a un hábil jugador de fútbol *(soccer)?* ¡Es maravilloso el uso que da a la cabeza y los pies! Sin embargo, ¿cómo se hizo tan apto ese jugador? Por años de práctica. Aprendió a pegarle al balón, a correr con él, a hacer fintas, y así por el estilo, hasta hacerse un jugador diestro.

Es muy similar el desarrollo de aptitudes que permitan enfrentarse a los problemas. Se requiere práctica... ¡experiencia! En Proverbios 1:22 la Biblia pregunta: "¿Hasta cuándo seguirán ustedes los inexpertos amando la inexperiencia, [...] y hasta cuándo seguirán ustedes los estúpidos odiando el conocimiento?". El joven que se oculta tras la euforia o alegría producida por las drogas 'ama la inexperiencia'; no llega a desarrollar las aptitudes que se necesitan para hacer frente a la vida. Como dice el libro *Talking With Your Teenager* (Cómo conversar con su hijo adolescente) acerca de los adolescentes que usan drogas: "Nunca llegan a

aprender que pueden encararse a los momentos difíciles de la vida sin tener que usar esas sustancias".

Así vemos que Ann, quien usaba drogas como medio de escape, admite: "Por 14 años no hice frente a mis problemas". Mike dijo algo parecido: "Yo había usado las drogas desde los 11 años. Cuando dejé de usarlas, ya de 22 años, me parecía que era un niño. En busca de seguridad, me colgaba de los demás. Me di cuenta de que había dejado de desarrollarme emocionalmente cuando empecé a usar las drogas".

"En nuestra escuela, hasta los guardias venden marihuana", dijo un joven

"Malgasté todos aquellos años del desarrollo —añade Frank, quien había usado las drogas desde los 13 años—. Cuando dejé de usarlas, comprendí, para mi dolor, que no estaba preparado para enfrentarme a la vida. Una vez más tenía 13 años de edad, con los mismos trastornos emocionales a que se encaran los demás adolescentes."

¿Pueden arruinarme la salud las drogas?

Este es otro aspecto que merece consideración. La mayoría de los jóvenes saben que las drogas potentes pueden matar. Pero ¿qué hay de las drogas de efecto supuestamente leve, como la marihuana? ¿Es lo que se dice sobre ellas algo que solo se use para asustar a la gente? Para saber eso, concentrémonos en la marihuana.

La marihuana (conocida también como mariguana, marijuana, hachís, cáñamo índico, grifa o hierba) ha sido el foco de atención de mucha controversia entre los expertos. Y hay que admitir que se sabe poco sobre esta popular droga. En primer lugar, la marihuana es extremadamente compleja; el humo de un cigarrillo de marihuana contiene más de 400 compuestos químicos. A un grupo de médicos le tomó más de 60 años descubrir que el humo del cigarrillo corriente causa cáncer. También pudiera tomar décadas el saber de seguro cómo pueden afectar al cuerpo humano los 400 compuestos químicos de la marihuana.

Sin embargo, después de una investigación que resultó en miles de papeles de información, un grupo de expertos del prestigioso Instituto de Medicina de los Estados Unidos llegó a esta conclusión: "La prueba científica publicada hasta el momento indica que la marihuana tiene una amplia gama de efectos sicológicos y biológicos, algunos de los cuales son, por lo menos en ciertas condiciones, perjudiciales a la salud humana". ¿Cuáles son algunos de esos efectos dañinos?

La marihuana... lo que le hace al cuerpo

Por ejemplo, considera cómo afecta los pulmones. Hasta los más firmes defensores de la marihuana admiten que el inhalar humo no beneficia a nadie. El humo de la marihuana, como el del tabaco, está compuesto de varias sustancias tóxicas, entre ellas alquitranes o breas.

El Dr. Forest S. Tennant, hijo, efectuó un estudio entre 492 soldados del ejército estadounidense que habían usado marihuana. Casi el 25% de ellos "padecían de dolor de garganta por haber fumado el cáñamo índico, y alrededor del 6% informó que habían padecido de bronquitis". En otro estudio se halló que, de 30 usuarios de marihuana, 24 tenían las "lesiones [bronquiales] que caracterizan las etapas iniciales del cáncer".

Es cierto que nadie puede asegurar que estos usuarios



¡Ten el valor de decir no a las drogas!



Escapa de tus problemas usando drogas ahora...

y quizás no puedas encararte a los problemas como adulto

desarrollarán cáncer más adelante. Pero ¿quisieras arriesgarte así? Además, la Biblia dice que Dios "da a toda persona vida y aliento". (Hechos 17:25.) ¿Estarías mostrando respeto al Dador de la vida si a propósito inhalaras alguna sustancia que causara daño a los pulmones y la garganta?

En Eclesiastés 12:6 se llama poéticamente al cerebro humano "el tazón de oro". El cerebro, que es poco mayor que el puño y pesa escasamente 1,4 kilogramos (3 libras), no solo es el receptáculo precioso de tus recuerdos, sino también el centro de mando de todo tu sistema nervioso. Con esto presente, nota la advertencia que da el Instituto de Medicina: "Podemos decir con certeza que la marihuana produce graves efectos en el cerebro, incluso cambios químicos y electrofisiológicos". En la actualidad no hay prueba concluyente de que la marihuana cause daño permanente al cerebro. Con todo, no se puede descartar a la ligera la posibilidad de que cause daño al "tazón de oro".

¿Y qué hay de la posibilidad de que algún día te cases y tengas hijos? El Instituto de Medicina informó que se sabe que la marihuana "causa defectos congénitos cuando se administra en grandes dosis a los animales usados en experimentos". Todavía no se ha probado que produzca los mismos efectos en seres humanos. Sin embargo, recuerda que los defectos congénitos (como los que causa la hormona DES [dietilestilbestrol]) pudieran tomar años para manifes-



tarse. Por eso, todavía queda por verse lo que les espera en el futuro a los hijos —y a los nietos— de los usuarios de la marihuana. El Dr. Gabriel Nahas dice que el fumar marihuana pudiera ser una "ruleta [rusa] genética". ¿Aceptaría tales riesgos alguien que viera a los hijos como "una herencia de parte de Jehová"? (Salmo 127:3.)

Las drogas y el punto de vista bíblico

Por supuesto, la marihuana es solo una de las muchas drogas populares. Pero es buena ilustración de que hay buen motivo para no tomar sólo por placer sustancias que afectan la mente. La Biblia dice: "La hermosura de los jóvenes es su poder". (Proverbios 20:29.) Puesto que eres joven, probablemente disfrutas de buena salud. ¿Por qué arriesgarte a perderla?

Pero más importante aún es que tenemos el punto de vista bíblico al respecto. La Biblia dice que 'salvaguardemos la capacidad de pensar', que no la arruinemos mediante abusar de sustancias químicas. (Proverbios 3:21.) También exhorta: "Limpiémonos de toda contaminación de la carne y del espíritu, perfeccionando la santidad en el temor de Dios". En realidad, es solo a los que 'se han limpiado de toda contaminación', al evitar prácticas como el abuso de las drogas, a quienes Dios promete: "'Yo los recibiré.' 'Y yo seré para ustedes padre'". (2 Corintios 6:17–7:1.)

Sin embargo, quizás no sea fácil rechazar las drogas.

La marihuana... ¿nueva droga maravillosa?

***Se ha oído** mucho con relación a que la marihuana pudiera servir para tratar el glaucoma y el asma, y para aliviar las náuseas que atacan durante la quimioterapia a los pacientes que padecen de cáncer. Un informe del Instituto de Medicina de los Estados Unidos reconoce que hay alguna verdad en esas afirmaciones. Pero ¿significa eso que dentro de poco los médicos estarán recetando cigarrillos de marihuana?*

***No parece probable,** pues aunque algunos de los más de 400 compuestos químicos de la marihuana puedan resultar útiles, el fumarla difícilmente sería la manera lógica de ingerir como medicina esos compuestos. "El usar la marihuana —dice el Dr. Carlton Turner— sería como dar de comer a las personas pan enmohecido para administrarles penicilina." Por eso, si compuestos que se hallan en la marihuana llegan a ser alguna vez medicinas auténticas, lo que los médicos recetarán será los "derivados o sustancias análogas", compuestos químicos similares a esos. No sorprende, pues, que el Secretario de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos haya escrito: "Hay que recalcar que los posibles beneficios terapéuticos de ningún modo modifican la importancia de los efectos perjudiciales de la marihuana en la salud".*

Presión por otros jóvenes

Una fresca noche de verano, Joe y Frank, primos y amigos íntimos, hicieron un pacto. "No importa lo que los demás hagan —sugirió Joe, el menor de los dos—, nunca juguemos con las drogas." Ambos jóvenes sellaron el pacto con un apretón de manos. Solo cinco años después se halló a Joe muerto en su automóvil debido a un accidente relacionado con las drogas. Y Frank estaba muy adicto a las drogas para ese tiempo.

¿Qué había pasado? La respuesta está en esta urgente advertencia que da la Biblia: "No se extravíen. Las malas compañías echan a perder los hábitos útiles". (1 Corintios

15:33.) Tanto Joe como Frank se asociaron con personas que tenían malos hábitos. Su asociación constante con los que usaban drogas los llevó a usarlas ellos mismos.

El libro *Self-Destructive Behavior in Children and Adolescents* (Comportamiento autodestructivo en niños y adolescentes) dice: "La mayoría de las veces algún amigo íntimo es quien pone en contacto con las diferentes drogas a los jóvenes [...] Quizás su única intención sea compartir una experiencia excitante y placentera". Mike, a quien mencionamos al principio, confirma esto así: "Una de las cosas más difíciles con que tuve que luchar fue la influencia de otros jóvenes. [...] La primera vez que fumé marihuana lo hice porque los otros muchachos lo hacían, y yo quería que me aceptaran".

"Me di cuenta de que había dejado de desarrollarme emocionalmente cuando empecé a usar las drogas." —Mike, un joven que usaba drogas

Francamente, si tus amigos empiezan a usar drogas, te verás sometido a fuerte presión emocional para que hagas lo mismo y seas como ellos. Si no cambias de amigos, lo más probable es que tú también termines usando drogas.

"Andando con personas sabias"

"El que está andando con personas sabias se hará sabio, pero al que está teniendo tratos con los estúpidos le irá mal", dice Proverbios 13:20. Para ilustrar este punto: si tomaras precauciones para no contraer un resfriado, ¿no evitarías el contacto estrecho con personas que estuvieran resfriadas? "De igual manera —dice el libro *Adolescent Peer Pressure* (La influencia de unos adolescentes en otros)—, para evitar [...] el abuso de las drogas [...], tenemos que mantener condiciones equilibradas y saludables, y exponernos menos a influencias perjudiciales."

Por eso, ¿deseas decir *no* a las drogas? Entonces, vigila tu compañía. Busca la amistad de cristianos que teman a

Dios y que te apoyen en tu resolución de evitar las drogas. (Compara con 1 Samuel 23:15, 16.) Además, nota lo que dice Éxodo 23:2. Aunque esas palabras se dirigieron originalmente a personas que prestaban testimonio en causas judiciales, son buen consejo para los jóvenes: "No debes seguir tras la muchedumbre para fines malos".

El que hace sin peros cuanto quieren sus compañeros es un simple esclavo. La Biblia dice en Romanos 6:16 *(Nueva Biblia Española)*: "Estar a disposición de alguien obedeciéndole como esclavos es ser de hecho esclavos de ése a quien obedecen". Por eso la Biblia anima a los jóvenes a desarrollar "capacidad de pensar". (Proverbios 2:10-12.) Aprende a pensar por ti mismo, y así no te inclinarás a seguir a jóvenes descarriados.

Es cierto que quizás tengas curiosidad en cuanto a las drogas y sus efectos. Pero no tienes que contaminarte la mente y el cuerpo para saber lo que las drogas le hacen a la gente. Fíjate en los jóvenes de tu edad que usan drogas... especialmente los que las han usado por mucho tiempo. ¿Te parecen personas alertas e inteligentes? ¿Tienen buenas calificaciones en la escuela, o parecen personas de cerebro embotado, que andan distraídas, que a veces ni siquiera saben lo que está pasando a su alrededor? Los mismos que usan las drogas describen a esas personas con el término: "quemados". Sin embargo, puede que muchos de los "quemados" empezaran a usar las drogas por curiosidad. Por eso, no debe extrañarnos que la Biblia aconseje a los cristianos que supriman toda curiosidad malsana y que "sean pequeñuelos en cuanto a la maldad". (1 Corintios 14:20.)

¡Puedes decir que no!

Un folleto publicado por el Instituto Nacional [estadounidense] Contra el Abuso de las Drogas nos recuerda: "Rechazar la oportunidad de usar una droga [...] es tu *derecho.* Cualquier amigo que quiera obligarte a cambiar tu decisión invade tus derechos de persona libre". ¿Qué puedes hacer si alguien te ofrece drogas? *¡Ten el valor de decir que*

no! Esto no significa necesariamente que tengas que dar un sermón sobre lo malo de usar las drogas. Ese folleto sugiere que simplemente contestes: "No, gracias; no quiero fumar", o: "No; no estoy buscando problemas", o hasta podrías decir con sarcasmo: "Yo no trago veneno". Si insisten en ofrecerte drogas, quizás tengas que decirles con convicción: *¡No!* El hacer que sepan que eres cristiano también pudiera ser una protección para ti.

El desarrollo no es cosa fácil. Pero si tratas de evitar los problemas del tiempo del desarrollo por medio de drogas, pudieras ponerte en peligro de no llegar a ser un adulto maduro y responsable. Aprende a encararte a los problemas. Si las presiones te parecen abrumadoras, no trates de escapar de ellas usando sustancias químicas. Considera el asunto con uno de tus padres o con otros adultos responsables que puedan ayudarte a resolver tus dificultades. Además, recuerda esta exhortación bíblica: "No se inquieten por cosa alguna, sino que en todo, por oración y ruego junto con acción de gracias, dense a conocer sus peticiones a Dios; y la paz de Dios que supera todo pensamiento guardará sus corazones y sus facultades mentales". (Filipenses 4:6, 7.)

Sí, Jehová Dios te dará las fuerzas para decir: *¡No!* Nunca dejes que por su influencia otros te debiliten en tu resolución. Como insta Mike: "No uses drogas. Si lo haces, ¡lo lamentarás por el resto de la vida!".

Preguntas para consideración **_Capítulo 34_**

- ☐ ***¿Por qué empiezan a usar drogas muchos jóvenes?***
- ☐ ***¿Cómo puede estorbar tu desarrollo emocional el usar drogas?***
- ☐ ***¿Qué se sabe sobre los efectos de la marihuana en el cuerpo?***
- ☐ ***¿Cuál es el punto de vista bíblico sobre usar drogas por placer?***
- ☐ ***¿Por qué es importante que vigiles tu compañía para evitar las drogas?***
- ☐ ***¿De qué maneras puedes decir no a las drogas?***

El tiempo libre

En algunos países en desarrollo no se disfruta de mucho tiempo libre. Pero en países occidentales a menudo los jóvenes tienen más tiempo libre que ocupaciones con las cuales llenarlo. El que tu tiempo libre sea para ti una bendición o una maldición depende de cómo lo uses. En esta sección examinaremos maneras de usarlo provechosamente.



¿Importa lo que yo lea?

EL REY Salomón advirtió: "El hacer muchos libros no tiene fin, y el aplicarse mucho a ellos es fatigoso a la carne". (Eclesiastés 12:12.) No era que Salomón estuviera disuadiendo de leer; solo aconsejaba que se seleccionara la lectura.

René Descartes, filósofo francés del siglo XVII, dijo: "Cuando uno lee buenos libros, es como tener una conversación con hombres bien educados del pasado. Hasta pudiéramos llamarla una conversación selecta, en la que el autor expresa sólo sus pensamientos más nobles". Sin embargo, no vale la pena 'conversar' con todos los escritores; y no todos los pensamientos de los escritores son realmente "nobles".

De modo que el siguiente principio bíblico, muy citado, entra de nuevo en juego: "Las malas compañías echan a perder los hábitos útiles". (1 Corintios 15:33.) Sí, tus compañeros pueden moldear tu personalidad. ¿Has pasado alguna vez tanto tiempo con algún amigo que has empezado a actuar, hablar y hasta pensar como él? Pues bien, el leer un libro es como pasar varias horas conversando con su autor.

Porque hay millares de libros a tu alcance, tienes que saber escoger



Por eso es pertinente el principio que Jesús declaró en Mateo 24:15: "Use discernimiento el lector". Aprende a analizar y evaluar lo que lees. Todos los humanos adolecen de cierto grado de prejuicio y por eso no son siempre totalmente honrados al describir hechos. Por lo tanto, no aceptes como absolutamente correcto todo lo que leas u oigas: "Cualquiera que es inexperto pone fe en toda palabra, pero el sagaz considera sus pasos". (Proverbios 14:15.)

Especialmente debes tener cuidado en cuanto a la lectura de filosofías de la vida. Por ejemplo, las revistas para adolescentes están llenas de consejos sobre todo: desde concertar citas hasta tener relaciones sexuales antes del matrimonio; pero no siempre son consejos que el cristiano deba aplicar. Y ¿qué hay de los libros que consideran a fondo dudas o preguntas filosóficas de peso?

La Biblia advierte: "Cuidado: quizás haya alguien que se los lleve como presa suya mediante la filosofía y el vano engaño según la tradición de los hombres [...] y no según Cristo". (Colosenses 2:8.) La Biblia y publicaciones basadas en la Biblia (como esta que estás leyendo) ofrecen mucho mejor consejo. (2 Timoteo 3:16.)

¿Son inofensivas las novelas románticas?

Tan solo en los Estados Unidos la lectura de novelas románticas se ha convertido en la afición de unos 20.000.000 de personas. Por supuesto, Dios mismo implantó en el hombre y la mujer el deseo de enamorarse y casarse. (Génesis 1:27, 28; 2:23, 24.) Por eso, no sorprende que se destaque lo romántico en la mayoría de los relatos novelescos, y eso no es necesariamente censurable. Algunas novelas románticas hasta han ascendido al nivel de la buena literatura. Pero como esas novelas escritas en el pasado se consideran aburridas a la luz de las normas modernas, para los escritores de hoy lo lucrativo ha sido producir enormes cantidades de una nueva variedad de novelas románticas. Algunos todavía usan un marco histórico o medieval para



Las novelas románticas pueden cautivar tu atención, pero ¿enseñan un punto de vista sano sobre el amor y el matrimonio?

añadir dramatismo y ambiente particular a la narración. Otros son contemporáneos en el estilo y el marco de la acción. Sin embargo, excepto por diferencias leves, las novelas románticas de hoy siguen una fórmula bastante fácil de predecir: héroes y heroínas superan obstáculos impresionantes que amenazan su floreciente idilio.

Es típico que el héroe sea un hombre fuerte, hasta arrogante, que rebosa de confianza en sí mismo. Pero probablemente la heroína es delicada y vulnerable, a menudo 10 ó 15 años más joven que el héroe. Y aunque muchas veces él la trata con desprecio, ella todavía se siente atraída irresistiblemente a él.

Por lo general hay un pretendiente rival. Aunque bondadoso y considerado, no entusiasma a la heroína ni despierta su interés. De modo que ella usa sus encantos

seductores para transformar a su estoico héroe en un alma tierna que ahora le declara francamente su amor duradero. Aclaradas y perdonadas todas las sospechas y dudas anteriores, alegremente se casan y viven felices para siempre...

¿Es el amor como lo pintan las historias de amor?

¿Podría la lectura de esos relatos imaginarios empañar tu visión de la realidad? Bonnie, quien empezó a leer novelas románticas a los 16 años, recuerda: "Esperaba a un joven alto, moreno y guapo; alguien que fuera excitante y tuviera una personalidad dominante". Confesó: "Si salía con un joven que no quería besarme ni acariciarme, lo consideraba aburrido, aunque fuera considerado y bondadoso. Yo anhelaba la excitación que se describía en las novelas".

Bonnie continuó leyendo novelas románticas después de casarse, y dice: "Tenía un hogar agradable y una bonita familia, pero no me encontraba satisfecha con aquello [...] Anhelaba la aventura, la excitación y la emoción que tan atractivamente se describían en las novelas. Creía que algo andaba mal en mi matrimonio". La Biblia, sin embargo, ayudó a Bonnie a darse cuenta de que es más que encanto o "excitación" lo que el esposo debe ofrecer a su esposa. Dice: "Los esposos deben estar amando a sus esposas como a sus propios cuerpos. El que ama a su esposa, a sí mismo se ama, porque nadie jamás ha odiado a su propia carne; antes bien, la alimenta y la acaricia". (Efesios 5:28, 29.)

Y ¿qué hay de las tramas tan comunes de las novelas románticas, los desenlaces ideales y la solución fácil de las diferencias? Bueno, están muy lejos de la realidad. Bonnie recuerda: "Cuando tenía un desacuerdo con mi esposo, en vez de considerar a fondo el asunto con él, imitaba los trucos de la heroína. Cuando mi esposo no respondía como lo hacía el héroe, me enfadaba". ¿No es mucho más realista y práctico este consejo que da la Biblia a las esposas: "Esposas, estén en sujeción a sus esposos"? (Colosenses 3:18.)

Contenido sexual

Es interesante que las novelas románticas explícitas en lo sexual —asequibles en las bibliotecas públicas de algunas ciudades— son las de mayor demanda entre los adolescentes. ¿Pueden perjudicarte? Karen, de 18 años, explica: "La realidad es que aquellos libros despertaron en mí fuertes deseos sexuales y curiosidad. El éxtasis y la euforia que sentía la heroína en los encuentros apasionados con el héroe hicieron que yo deseara experimentar lo mismo. Así que, cuando salía con muchachos —sigue diciendo—, trataba de recrear aquellas sensaciones. Eso me llevó a cometer fornicación". Pero ¿se sintió ella como las heroínas sobre las cuales había leído y fantaseado? Karen descubrió esto: "Esos sentimientos son imaginación de los escritores. No son reales".

"Tenía un hogar agradable y una bonita familia, pero no me encontraba satisfecha con aquello [...] Anhelaba la aventura, la excitación y la emoción que tan atractivamente se describían en las novelas. Creía que algo andaba mal en mi matrimonio"

No hay duda de que el propósito de algunos escritores es crear fantasías sexuales. Considera las instrucciones de cierto publicador a los escritores de novelas románticas: "Los encuentros sexuales deben enfocar la atención en la pasión y las sensaciones eróticas que despiertan los besos y las caricias del héroe". A los escritores también se les aconseja que las narraciones románticas "deben producir excitación, tensión y una profunda respuesta emocional y sensual en el lector". Está claro que la lectura de ese tipo de materia no ayudaría a uno a seguir este consejo bíblico: "Amortigüen, por lo tanto, los miembros de su cuerpo que están sobre la tierra en cuanto a fornicación, inmundicia, apetito sexual, deseo perjudicial". (Colosenses 3:5.)

Escoge bien

Como se ve, es mejor evitar las novelas que despierten sentimientos inmorales o que lleven a uno a expectativas poco realistas. ¿Por qué no extiendes tu interés y tratas de leer otras clases de libros, como libros de historia o de ciencia? No es que no puedas leer literatura novelesca, pues hay obras novelescas que no solo son entretenidas, sino también educativas. Pero si cierta novela recalca lo sexual, la violencia sin sentido, las prácticas del ocultismo, o presenta "héroes" que son inmorales, rudos o avarientos, ¿deberías perder el tiempo leyéndola?

Por eso, ten cuidado. Antes de leer un libro, examina su cubierta y sobrecubierta; trata de ver si hay algo censurable en él. Y si a pesar de tomar precauciones el libro resulta malsano, ten la fuerza de voluntad para dejar de leerlo.

En contraste, el leer la Biblia y publicaciones relacionadas con la Biblia te ayudará; no te perjudicará. Por ejemplo, una joven japonesa dice que la lectura de la Biblia ha apartado su mente de lo sexual... y así ha resuelto para ella un problema común entre los jóvenes. "Siempre tengo la Biblia cerca de la cama y acostumbro leer parte de ella antes de acostarme —dice—. Cuando estoy sola y no tengo nada que hacer (como a la hora de acostarme), a veces tiendo a pensar en lo sexual. ¡De modo que el leer la Biblia en verdad es una ayuda para mí!" Sí, el "conversar" con las personas de fe de las cuales se escribió en la Biblia puede darte verdadera fortaleza moral y contribuir mucho a tu felicidad. (Romanos 15:4.)

Preguntas para consideración — ***Capítulo 35***

- ☐ ***¿Por qué tienes que escoger bien lo que lees?***
- ☐ ***¿Por qué atraen tanto a los jóvenes las novelas románticas? Pero ¿qué peligros encierran?***
- ☐ ***¿Cómo puedes escoger materia de lectura apropiada?***
- ☐ ***¿Puedes mencionar beneficios de leer la Biblia y publicaciones basadas en ella?***

¿Cómo dominarme en cuanto a la televisión?

COMO televidentes, muchas personas —jóvenes y mayores— han adquirido lo que equivale a una adicción. Las encuestas indican que para la edad de 18 años el joven estadounidense de término medio ha estado ante el televisor por unas *15.000* horas. Y queda patente que se trata de una verdadera adicción por lo que sucede cuando televidentes incorregibles tratan de librarse de su hábito.

"En mi caso la televisión es casi irresistible. No puedo pasar por alto el televisor encendido. Se me hace imposible apagarlo. [...] Cuando voy a apagar el televisor, la fuerza se me va de los brazos. Así que me quedo sentado allí hora tras hora." ¿Es esto lo que le pasa a un joven inmaduro? No; ¡es la triste situación de un profesor universitario de inglés! Pero los jóvenes también pueden hacerse adictos a la televisión. En lo siguiente, nota cómo reaccionaron unos jóvenes que concordaron en pasar una "Semana sin televisión".

"Lo que tengo es una depresión [...] Me estoy volviendo loca."—Susan, de 12 años.

"No creo que me pueda librar de este hábito. Me gusta demasiado la televisión."—Linda, de 13 años.

"La presión era tremenda. Seguían viniéndome las ganas de encenderla. El tiempo más difícil era entre las ocho y las diez de la noche."—Louis, de 11 años.

Por eso, no sorprende que la mayoría de los jóvenes implicados celebraran el final de la "Semana sin televisión" apresurándose al televisor para encenderlo. Pero esta adicción no es motivo de risa; con ella viene una serie de posibles problemas. Considera tan solo algunos:

Calificaciones inferiores: El Instituto Nacional de Salud Mental (E.U.A.) informó que el dedicar demasiado tiempo a la televisión puede llevar a "menos logros escolares, especialmente en la lectura". El libro *The Literacy Hoax* (No estamos alfabetizados) presenta esta otra acusación: "La televisión lleva a los niños a esperar que el aprender sea un proceso fácil, pasivo y entretenido". Por eso, al adicto a la televisión se le puede hacer muy difícil estudiar.

Malos hábitos de lectura: ¿Estás entre las personas que acostumbran leer libros de principio a fin? Un portavoz de la Asociación de Distribuidores de Libros de Alemania Occidental se lamentó así: "Nos hemos convertido en una nación de personas que después del trabajo se van a casa a quedarse dormidas delante del televisor. Cada vez leemos menos". Un informe de Australia dijo algo parecido: "Por cada hora que el niño australiano de término medio haya dedicado a la lectura, habrá pasado siete horas ante la televisión".

Menos vida familiar: Cierta cristiana escribió: "Por la mucha televisión que veía [...] quedé muy sola y me sentía aislada. Era como si los miembros de [mi] familia fueran todos extraños". ¿Pasas tú, también, menos tiempo con tu familia debido a la televisión?

Pereza: Algunos opinan que la mismísima naturaleza pasiva de la televisión "puede hacer que [el joven] crea que podrá satisfacer [sus] necesidades sin esfuerzo, y que adopte una actitud pasiva en la vida".

Exposición a malas influencias: Ciertas emisoras de televisión por cable introducen la pornografía en el hogar. Y a menudo la programación regular presenta de continuo escenas de accidentes automovilísticos, explosiones, asesinatos a puñaladas, tiroteos y karate. Un cálculo indicó que el joven estadounidense habrá visto 18.000 asesinatos en la TV para cuando cumpla los 14 años, sin mencionar las peleas a puñetazos ni los actos de vandalismo.

William Belson, investigador británico, descubrió que



Para algunos la TV es una grave adicción

era mucho más probable que los muchachos que hubieran visto muchos programas de violencia en la TV "cometieran actos de violencia graves". También afirmó que los programas que destacan la violencia podrían incitar al joven a "maldecir y usar malas palabras, ser agresivo en los deportes o el juego, amenazar a otros con emplear violencia, escribir lemas en las paredes [y] romper ventanas". Aunque tú quizás creas que no te afectan esas influencias, nota esto: el estudio de Belson halló que la exposición a la violencia televisada no había 'cambiado las *actitudes conscientes* de los muchachos hacia' la violencia; parece que las escenas frecuentes de violencia fueron eliminando poco a poco sus inhibiciones *subconscientes* contra la violencia.

Pero más importante aún es el efecto que la adicción a la violencia televisada puede tener en la relación de uno con el Dios que "odia a cualquiera que ama la violencia". (Salmo 11:5.)

¿Cómo controlar el tiempo que paso ante la TV?

Esto no necesariamente significa que haya que creer que la TV es esencialmente mala. El escritor Vance Packard señala: "Mucho de lo que transmite la televisión estadounidense puede ser provechoso [...] A menudo, al anochecer se transmiten programas que son logros magníficos del arte fotográfica y muestran lo que sucede en la naturaleza... desde la actividad de murciélagos, castores y bisontes hasta la de peces como el orbe. Las emisoras no

‘Fui adicto a la TV.’—Una entrevista

Entrevistador: *¿Cuántos años tenías cuando te enviciaste con la televisión?*

Wyant: *Como diez años. Tan pronto como llegaba a casa después de clases, encendía el televisor. Primero veía los dibujos animados y los programas infantiles. Entonces venía el noticiario, [...] y yo me iba a la cocina a buscar algo de comer. Después seguía frente a la televisión hasta que me daba sueño.*

Entrevistador: *Pero ¿cuándo pasabas tiempo con tus amigos?*

Wyant: *Mi amigo era el televisor.*

Entrevistador: *¿Quieres decir que nunca tenías tiempo para jugar ni participar en deportes?*

Wyant: *[Riéndose.] Yo no sirvo para los deportes. Por pasar tanto tiempo con la televisión, nunca me hice bueno en ellos. Soy terrible en el baloncesto. Y en la clase de gimnasia a mí siempre me escogían a lo último. Pero hubiera querido desarrollarme mejor como atleta... no para echármelas, sino para al menos divertirme.*

Entrevistador: *¿Se afectaron tus calificaciones en la escuela?*

Wyant: *Me las arreglaba en la escuela primaria. Me quedaba despierto hasta tarde y hacía las tareas a última hora. Pero las tareas se me hicieron más difíciles en la escuela secundaria por los malos hábitos de estudio que había desarrollado.*

Entrevistador: *¿Te ha afectado el haber dedicado tanto tiempo a la televisión?*

comerciales de televisión presentan ballet, ópera y música de cámara fenomenales. La televisión presenta reportajes excelentes de sucesos importantes [...] A veces se televisan representaciones dramáticas instructivas”.

Sin embargo, hasta el exceso de algo *bueno* puede ser perjudicial. (Compara con Proverbios 25:27.) Y si notas que te falta autodominio para apagar el televisor cuando hay programas perjudiciales, es bueno que recuerdes estas palabras del apóstol Pablo: “Yo por nada me dejaré esclavi-

Wyant: *Sí. A veces, cuando estoy con otras personas, me les quedo mirando fijamente —como si estuviera viendo un programa de televisión— en vez de participar en la conversación. Quisiera tratar mejor con la gente.*

Entrevistador: *Pues eso lo has hecho muy bien en esta entrevista. Parece que ya no eres adicto a la televisión.*

Wyant: *Empecé a alejarme de la televisión después de entrar en la escuela secundaria. [...] Busqué la compañía de unos Testigos jóvenes y empecé a adelantar en sentido espiritual.*

Entrevistador: *Pero ¿qué tuvo que ver eso con tu uso de la televisión?*

Wyant: *A medida que aumentó mi aprecio de lo espiritual, me di cuenta de que muchos de los programas que veía no eran realmente para cristianos. Además, me pareció que era necesario que estudiara más la Biblia y me preparara para las reuniones cristianas. Eso quería decir que tendría mucho menos tiempo para la televisión. Pero no se me hizo fácil aquello. Me encantaban los dibujos animados del sábado por la mañana. Pero entonces un hermano cristiano de la congregación me invitó a ir con él a predicar de casa en casa los sábados por la mañana. Eso me ayudó a alejarme de la televisión los sábados a aquella hora. Así, con el tiempo aprendí a controlarme en cuanto a la televisión.*

Entrevistador: *¿Cómo te va ahora?*

Wyant: *Pues, todavía tengo un problema si la televisión está encendida; no puedo hacer ninguna otra cosa. Por eso la tengo apagada la mayor parte del tiempo. De hecho, hace unos meses se me dañó el televisor, y ni me he molestado en arreglarlo.*

zar". (1 Corintios 6:12, *Franquesa-Solé.)* Entonces, ¿cómo puedes librarte de la esclavitud a la TV y controlar el tiempo que le dedicas?

La escritora Linda Nielsen comenta: "El autodominio empieza por aprender a establecerse metas". Para empezar, analiza tus hábitos actuales. Por una semana, lleva un registro de los programas que ves y cuánto tiempo pasas cada día frente al televisor. ¿Lo enciendes tan pronto como llegas a casa? ¿Cuándo lo apagas? ¿Cuántos programas

"tienes que ver" cada semana? Los resultados pudieran sacudirte.

Luego, examina bien la clase de programas que has estado viendo. "¿Acaso el oído mismo no prueba las palabras como el paladar gusta el alimento?", pregunta la Biblia. (Job 12:11.) Por eso, usa discernimiento (junto con el consejo de tus padres) y determina qué programas realmente valen la pena. Algunos determinan de antemano qué programas van a ver, ¡y encienden el televisor *solo para ver esos programas!* Otros toman medidas más estrictas: establecen la regla de no ver televisión durante la semana escolar, o se fijan el límite de una sola hora al día.

Pero ¿qué hay si un televisor apagado presenta una tentación demasiado grande? Cierta familia resolvió así este problema: "Mantenemos el televisor en el sótano, fuera de la vista [...] Cuando está en el sótano hay menos tentación de encenderlo al entrar en el hogar. Uno tiene que hacer un viaje especial allá abajo para ver un programa". El mantenerlo en el armario, o sencillamente dejarlo desenchufado, pudiera servir para el mismo fin.

Es interesante que, a pesar de todos sus dolorosos 'síntomas de abstinencia', los jóvenes que participaron en la "Semana sin televisión" descubrieron actividades provechosas para sustituir la televisión. Una joven recordó: "Hablé con mamá. Se me hizo una persona mucho más interesan-



Cuando el televisor se pone en un lugar de difícil acceso, hay menos tentación de usarlo

te, pues yo no tenía la atención dividida entre ella y el televisor". Otra joven pasó el tiempo aprendiendo a cocinar. Un jovencito llamado Jason hasta descubrió que podía ser divertido ir "al parque en vez de estar frente a la TV", o ir a pescar o a la playa, o leer.

"Lo que tengo es una depresión [...] Me estoy volviendo loca."—Susan, de 12 años, participante en la "Semana sin televisión"

La experiencia de Wyant (ve el recuadro "Fui adicto a la TV") muestra que otra clave para controlar el tiempo dedicado a la televisión es tener "mucho que hacer en la obra del Señor". (1 Corintios 15:58.) Tú también puedes descubrir que el acercarte a Dios, estudiar la Biblia con la ayuda de las muchas publicaciones excelentes asequibles ahora, y el ocuparte en hacer la obra que Dios nos ha asignado te ayuda a vencer una adicción a la TV. (Santiago 4:8.) Es cierto que el limitar el tiempo que dedicas a la televisión significará que te perderás algunos de tus programas favoritos. Pero ¿por qué tienes que usar de lleno la televisión y estar esclavizado a cada programa que se presenta? (Ve 1 Corintios 7:29, 31.) Es mejor que seas estricto contigo mismo, como lo fue el apóstol Pablo, quien dijo en cierta ocasión: "Aporreo mi cuerpo y lo conduzco como a esclavo". (1 Corintios 9:27.) ¿No es eso mejor que ser esclavo de un televisor?

Preguntas para consideración — ***Capítulo 36***

- ☐ ***¿Por qué puede decirse que algunos jóvenes son adictos a la TV?***
- ☐ ***¿Puedes mencionar perjuicios que pudieran resultar de ver demasiada televisión?***
- ☐ ***¿Qué maneras hay de controlar el tiempo que pasas ante el televisor?***
- ☐ ***¿Qué puedes hacer en vez de usar la televisión?***

¿Por qué no puedo divertirme de vez en cuando?

LOS viernes por la noche Paula* acostumbraba asistir a reuniones cristianas. Disfrutaba de lo que en ellas se consideraba, pero a veces le molestaba estar allí mientras sus amigos de la escuela salían a divertirse.

Después de las reuniones, de camino a casa Paula pasaba por un lugar donde unos adolescentes tenían fiestas. Ella recuerda esto: "La música a todo volumen y las luces intermitentes me atraían, de modo que me acercaba mucho a la ventana cuando pasábamos por allí, y me imaginaba lo mucho que estarían gozando". Con el tiempo su deseo de divertirse con sus amigos se hizo lo más importante de su vida.

Al igual que Paula, puede que tú a veces creas que te estás perdiendo algo por ser cristiano. Quieres ver el programa de televisión del que hablan los demás jóvenes, pero tus padres dicen que es demasiado violento. Quieres ir al centro comercial y estar con los muchachos de la escuela, pero tus padres los llaman "malas compañías". (1 Corintios 15:33.) Quieres ir a la fiesta donde van a estar todos tus condiscípulos, pero mamá y papá no te dan permiso.

Parece que tus condiscípulos hacen lo que se les antoja; van a conciertos y a fiestas hasta el amanecer sin que sus padres les digan nada. Puede que por eso tú envidies su libertad. No es que quieras hacer nada malo. Solo quieres divertirte de vez en cuando.

---

* No es su nombre verdadero.

El punto de vista de Dios respecto a la diversión

Puedes estar seguro de que no hay nada malo en desear divertirse. Después de todo, Jehová es el "Dios feliz". (1 Timoteo 1:11.) Y, mediante el sabio Salomón, dice: "Disfruta mientras eres muchacho y pásalo bien en la juventud; déjate llevar del corazón y de lo que atrae a los ojos". Sin embargo, Salomón entonces advirtió: "Sabe que Dios te llevará a juicio para dar cuenta de todo". (Eclesiastés 11:9, 10, *Nueva Biblia Española.)*

El saber que Dios te considera responsable por tus acciones hace que veas la diversión desde un punto de vista completamente diferente. Pues aunque Dios no condena que uno se divierta, sí rechaza al que es 'amador de placeres', al que vive con la mente puesta solamente en la diversión. (2 Timoteo 3:1, 4.) ¿A qué se debe esto? Considera el caso del rey Salomón. Gracias a sus muchos recursos, experimentó todo placer concebible al hombre. Dice: "Nada de lo que mis ojos pidieron mantuve alejado de ellos. No retuve mi corazón de ninguna clase de regocijo". ¿Qué significó todo esto? "¡Mira!, todo era vanidad y un esforzarse tras viento." (Eclesiastés 2:10, 11.) Sí, Dios sabe que, a la larga, lo único que se logra por una vida dedicada a buscar placeres es quedar vacío y frustrado.

"La música a todo volumen y las luces intermitentes me atraían, de modo que me acercaba mucho a la ventana cuando pasábamos por allí, y me imaginaba lo mucho que estarían gozando"

Dios también exige que te mantengas apartado de prácticas contaminadoras, como el abuso de las drogas y las relaciones sexuales premaritales. (2 Corintios 7:1.) Sin embargo, muchas de las diversiones de los adolescentes pueden hacer que uno caiga en el lazo de prácticas como esas. Por ejemplo, cierta joven decidió asistir a una fiesta de condiscípulos suyos que no estaba supervisada por

mayores. “La música era estupenda, bailamos mucho, había buenos refrescos y nos reímos muchísimo”, recuerda. Pero entonces, “alguien trajo marihuana. Y después aparecieron bebidas alcohólicas. Entonces todo empezó a dañarse”. El resultado de aquello fue inmoralidad sexual. La joven confesó: “Desde entonces me he sentido infeliz y deprimida”. Sin la supervisión de adultos, ¡qué fácil es que esas fiestas se conviertan en diversiones estrepitosas, hasta “orgías”! (Gálatas 5:21, *Versión Reina-Valera,* 1977.)

No debe extrañarte que tus padres se preocupen mucho por lo que haces en tu tiempo libre, de modo que quizás te limiten en cuanto a los lugares adonde puedes ir y en qué compañía. ¿Por qué lo hacen? Para ayudarte a prestar atención a la advertencia divina: “Quita de tu corazón la irritación, y evita a tu carne la calamidad; pues la juventud y la flor de la vida son vanidad”. (Eclesiastés 11:10.)

¿Envidias a los buscadores de placeres?

Es fácil olvidar todo esto y envidiar la libertad que aparentemente tienen algunos jóvenes. Paula dejó de asistir a las reuniones cristianas e hizo amistad con jóvenes que iban tras los placeres. “Caí en la práctica de todas las cosas malas de que se me había advertido”, recuerda. Con el tiempo la búsqueda de placeres de Paula terminó en que fuera arrestada y luego pasara a una escuela para jóvenes descarriadas.

Hace mucho tiempo el escritor del Salmo 73 se sintió como Paula. “Llegué a tener envidia de los jactanciosos, cuando veía la mismísima paz de los inicuos”, confesó. Hasta empezó a dudar que fuera de valor el vivir en armonía con los principios justos. “De seguro, en vano he limpiado mi corazón y lavo mis manos en la inocencia misma”, dijo. Pero entonces percibió una verdad profunda: ¡Los inicuos están “en suelo resbaloso”, andando vacilantes al borde del desastre! (Salmo 73:3, 13, 18.)

Paula aprendió esa lección... por dolorosa experiencia. Después de su correría en el mundo, Paula hizo cambios drásticos en su vida para volver a conseguir el favor de Dios. Por otra parte, tú no tienes que experimentar arresto, ni

¿Se pierden de veras buenos momentos de diversión los jóvenes que obedecen los principios bíblicos?



contraer una enfermedad transmitida por contacto sexual ni sufrir los síntomas de la abstención de drogas para darte cuenta de que el costo de 'divertirte' puede ser demasiado alto. Hay muchas maneras sanas y edificantes de divertirse que están libres de esos peligros. ¿Cuáles son algunas?

Diversión sana

Una encuesta realizada entre jóvenes estadounidenses reveló que los adolescentes "disfrutan de salir a veces a pasear y participar en otras actividades con su familia". Las actividades con la familia no solo son divertidas, sino que pueden fortalecer la unidad familiar.

Esto envuelve más que simplemente sentarse juntos ante un televisor. El Dr. Anthony Pietropinto dice: "El problema con la televisión es que, aunque uno puede verla en compañía de otros, es básicamente una actividad que se efectúa a solas. [...] Sin embargo, ciertamente pasatiempos como juegos en el hogar, juegos en el patio, una comida, proyectos de artesanía y lectura en voz alta ofrecen más oportunidades de conversar, cooperar y crear estímulo intelectual que el que la familia moderna esté pasivamente absorta ante la televisión". Como dice John, quien tiene siete hijos: 'Hasta limpiar el patio o pintar la casa puede ser placentero cuando se hace como familia'.

Si tu familia todavía no participa como grupo en actividades de ese tipo, toma la iniciativa y sugiérelas a tus padres. Ve si te vienen a la mente ideas interesantes y excitantes para paseos o proyectos de la familia.



El cultivar una afición es una manera sana de usar el tiempo libre

Sin embargo, no tienes que estar siempre con otros para divertirte. Mary, una joven que vigila cuidadosamente con quién se asocia, ha aprendido a disfrutar de las ocasiones en que está sola. "Toco el piano y el violín, y aparto tiempo para practicarlos", dice. Melissa, otra adolescente, se expresa de manera similar: "A veces me pongo a escribir cuentos o poemas para mi propio deleite". Tú también puedes aprender a usar el tiempo de modo productivo al desarrollar aptitudes como la lectura o la carpintería, o al tocar un instrumento musical.

El esparcimiento entre cristianos

De vez en cuando es agradable también reunirse informalmente para esparcimiento con amigos. Y en muchos lugares hay un sinnúmero de actividades sanas de las cuales puedes disfrutar. En los Estados Unidos el juego de bolos, el patinar sobre hielo, el montar en bicicleta, el béisbol y el baloncesto son actividades populares. También pudieras tratar de ampliar tu interés visitando un museo o un parque zoológico. Y, sí, pudiera ser que un grupo de jóvenes cristianos simplemente se reuniera para escuchar grabaciones musicales, o ver un programa sano de televisión.

Hasta puedes pedir a tus padres que te ayuden a planear una reunión más formal para esparcimiento. Hazla intere-

sante mediante organizar una variedad de actividades, como juegos apropiados para una fiesta y el canto en grupo. Si algunos de tus amigos saben música, quizás puedas persuadirlos para que toquen o canten unas cuantas piezas musicales. Algo que también contribuye a animar la ocasión es servir comida apetitosa, pero no tienen que ser platos complicados ni caros. A veces los invitados podrían contribuir diferentes comestibles.

¿Hay cerca un parque o una zona al aire libre que permita actividades como la natación o el jugar béisbol? ¿Por qué no planear una comida campestre? De nuevo, la responsabilidad de llevar los alimentos pueden compartirla las diversas familias para que los gastos no sean una carga para nadie.

La moderación es la clave. La música no tiene que ser estruendosa para que se pueda disfrutar de ella; tampoco tiene que ser sensual ni vulgar el baile para que sea divertido. De igual manera, se puede disfrutar de juegos al aire libre sin competencia reñida. Pero cierto padre informa: "A veces los jóvenes discuten casi hasta el punto de pelear".

El esparcimiento entre cristianos es más agradable cuando se planean diferentes actividades y hay personas de diferentes edades presentes







Tales actividades son placenteras cuando se sigue el consejo bíblico de evitar 'la competencia de unos con otros'. (Gálatas 5:26.)

¿A quiénes debes invitar? La Biblia dice: "Tengan amor a toda la asociación de hermanos". (1 Pedro 2:17.) ¿Por qué limitar tus reuniones para esparcimiento a jóvenes de tu edad? Ensancha tu compañía. (Compara con 2 Corintios 6:13.) Un padre comentó: "A las personas de edad avanzada, aunque no puedan participar en algunas de las actividades, les gusta estar presentes y ver lo que está pasando". A menudo la presencia de adultos ayuda a evitar la conducta desenfrenada. Sin embargo, no es posible invitar a "toda la asociación" a una reunión de este tipo. Además, las reuniones de pocas personas son más fáciles de controlar.

"Alguien trajo marihuana. Y después aparecieron bebidas alcohólicas. Entonces todo empezó a dañarse"

Estas reuniones ofrecen también a los cristianos la oportunidad de edificarse unos a otros en sentido espiritual. Es verdad que algunos jóvenes creen que el añadir espiritualidad a estas reuniones las hace menos divertidas. "Cuando nos reunimos como amigos —se quejó un joven cristiano—, lo que hacemos es sentarnos, sacar la Biblia y jugar juegos bíblicos." Pero el salmista dijo: "Feliz es el hombre [...] [cuyo] deleite está en la ley de Jehová". (Salmo 1:1, 2.) Por eso, las consideraciones —o hasta los juegos— en torno a la Biblia pueden ser muy placenteros. Quizás lo único que tengas que hacer sea mejorar tu conocimiento de las Escrituras, para participar a mayor grado.

Otra idea es que algunos de los invitados relaten cómo llegaron a ser cristianos. O puedes despertar entusiasmo y alegría invitando a otros a relatar anécdotas humorísticas. A menudo esas anécdotas enseñan lecciones valiosas. Puede que hasta algunos capítulos de este libro se presten a una

interesante consideración como grupo en una reunión para esparcimiento.

¡Mantén equilibrio en la diversión!

Ciertamente Jesucristo no se negó a participar en alguna diversión a veces. La Biblia dice que asistió a un banquete de bodas en Caná, donde indudablemente abundaban el alimento, la música, el baile y el compañerismo edificante. ¡Jesús hasta contribuyó al éxito del banquete de bodas al proveer vino milagrosamente! (Juan 2:3-11.)

Pero la vida de Jesús no consistía en estar de continuo en fiestas. Él pasaba la mayor parte del tiempo atendiendo los intereses espirituales, enseñando a la gente la voluntad de Dios. Dijo: "Mi alimento es hacer la voluntad del que me envió y terminar su obra". (Juan 4:34.) El hacer la voluntad de Dios le causaba a Jesús mucho más placer duradero que cualquier diversión temporal. Hoy todavía hay "mucho que hacer en la obra del Señor". (1 Corintios 15:58; Mateo 24:14.) Pero cuando sientas, de vez en cuando, que necesitas un poco de diversión, disfruta de ella de manera equilibrada y sana. Como lo expresó cierto escritor: "La vida no puede estar siempre llena de acción y excitación... si lo estuviera, ¡probablemente te rendirías de agotamiento!".

Preguntas para consideración **_Capítulo 37_**

- ☐ ***¿Por qué envidian a los jóvenes del mundo algunos jóvenes cristianos? ¿Te has sentido así alguna vez?***
- ☐ ***¿Qué advertencia da Dios a los jóvenes sobre la conducta juvenil, y cómo debería influir esto en la diversión que escogen los jóvenes?***
- ☐ ***¿Por qué es tonto envidiar a los jóvenes que violan las leyes y los principios de Dios?***
- ☐ ***¿Puedes mencionar maneras de disfrutar de diversión sana: 1) con familiares, 2) a solas, y 3) con compañeros cristianos?***
- ☐ ***¿Cómo dio Jesucristo el ejemplo en cuanto a equilibrio en la diversión?***

Tu porvenir

Los jóvenes de hoy se han criado bajo el temor de no tener porvenir alguno. En el horizonte se levantan amenazadores los nubarrones de la guerra nuclear, el desastre ecológico y el caos económico. Sin embargo, puede que lo que menos te preocupe sea el destino de la humanidad. Quizás te preocupe más saber dónde te hallarás de aquí a 10, 20 ó 30 años.

Felizmente, hay verdadera razón para que seas optimista en cuanto al futuro. Depende de cómo utilices el presente.



¿Qué me espera en el futuro?

"TEMO al futuro, un futuro en un mundo caracterizado por la amenaza de una guerra nuclear." Así habló un joven alemán al político de más alto rango de su país.

Puede que el temor a morir en una guerra nuclear también afecte tu visión del futuro. "¿Para qué preocuparme por buenas calificaciones en la escuela? —preguntó un joven—. De todos modos el mundo va a volar en pedazos." De hecho, en una encuesta entre niños de edad escolar los varones mencionaron que lo que más temían era una guerra nuclear. Las jovencitas pusieron ese temor en segundo lugar, precedido solo por el temor de que 'murieran sus padres'.

Con todo, el hongo nuclear no es lo único que oscurece el horizonte. La amenaza del "exceso de población, el agotamiento de los recursos, la contaminación del ambiente" y otros posibles desastres hizo que el famoso sicólogo B. F. Skinner llegara a esta conclusión: "Ahora parece que la existencia de nuestra especie está amenazada". Más tarde confesó: "Soy muy pesimista. En realidad no vamos a resolver nuestros problemas".

Puesto que hasta entendidos en la materia ven el porvenir con inquietud, no es extraño que muchos jóvenes desplieguen la actitud del que dice: "Comamos y bebamos, porque mañana hemos de morir". (1 Corintios 15:32.) La realidad es que si tu futuro depende de lo que puedan hacer los políticos y los científicos para resolver los problemas, parece sombrío. Jeremías 10:23 dice: "Al hombre

terrestre no le pertenece su camino. No pertenece al hombre que está andando siquiera dirigir su paso".

No se trata de que el hombre sencillamente no pueda gobernarse a sí mismo. Nota que no "le pertenece" hacer eso; no tiene el derecho a decidir el futuro de la Tierra. Así pues, sus esfuerzos van hacia el fracaso. Por eso Jeremías oró para que Dios interviniera: "Corrígeme, oh Jehová; sin embargo, con juicio". (Jeremías 10:24.) Esto significa que nuestro Creador determinará nuestro porvenir. Pero ¿qué clase de futuro será ese?

El propósito de Dios para la Tierra... y tu porvenir

Poco después de la creación del hombre, Dios dijo a la primera pareja humana: "Sean fructíferos y háganse muchos y llenen la tierra y sojúzguenla, y tengan en sujeción los peces del mar y las criaturas voladoras de los cielos y toda criatura viviente que se mueve sobre la tierra". (Génesis 1:28.) Así se puso ante el hombre la oportunidad de vivir en un paraíso que abarcaría toda la Tierra.

"Soy muy pesimista. En realidad no vamos a resolver nuestros problemas."—B. F. Skinner, sicólogo

Sin embargo, la primera pareja se rebeló contra la gobernación de Dios. Es como dijo Salomón más tarde: "El Dios verdadero hizo a la humanidad recta, pero ellos mismos han buscado muchos planes". (Eclesiastés 7:29.) Los planes humanos han quedado en fracaso y le han dejado a la generación actual un legado de miseria y las peores perspectivas en cuanto al futuro.

¿Quiere decir esto que Dios ha abandonado la Tierra para que termine siendo un planeta contaminado, radiactivo y deshabitado? ¡Imposible! Él es "el Formador de la tierra y el Hacedor de ella, Él, Aquel que la estableció firmemente, que no la creó sencillamente para nada, que



El Creador de la Tierra no permitirá que el hombre arruine nuestro planeta

la formó aun para ser habitada". ¡De seguro se cumplirá el propósito para el cual él la creó! (Isaías 45:18; 55:10, 11.)

Pero ¿cuándo y cómo sucederá eso? Lee tú mismo el capítulo 21 de Lucas. Allí Jesús predijo los problemas que han plagado a la humanidad en este siglo: guerras internacionales, terremotos, enfermedades, escaseces de alimento y aumento de la delincuencia. ¿Qué indican estos sucesos? Jesús mismo explica: "Al comenzar a suceder estas cosas, levántense erguidos y alcen la cabeza, porque su liberación se acerca. [...] Cuando vean suceder estas cosas, sepan que el reino de Dios está cerca". (Lucas 21:10, 11, 28, 31.)

Ese Reino es la clave de tu futuro. Dicho en pocas palabras, se trata de un gobierno: el medio que Dios usará para regir la Tierra. Ese gobierno del Reino arrebatará de los hombres el control de la Tierra. (Daniel 2:44.) "Los que están arruinando la tierra" se encararán a ruina a manos de Dios, quien rescatará a la Tierra —y al género humano— de los abusos violentos cometidos por el hombre. (Revelación 11:18; Eclesiastés 1:4.)

Bajo la dirección segura del Reino de Dios, toda la Tierra se convertirá gradualmente en un paraíso. (Lucas

23:43.) De nuevo existirá un equilibrio ecológico perfecto. Hasta habrá armonía entre el hombre y los animales. (Isaías 11:6-9.) La guerra y las armas desaparecerán. (Salmo 46:8, 9.) El crimen, el hambre, la escasez de viviendas, la enfermedad —hasta la muerte misma— serán eliminados. Los habitantes de la Tierra "verdaderamente hallarán su deleite exquisito en la abundancia de paz". (Salmo 37:10, 11; 72:16; Isaías 65:21, 22; Revelación 21:3, 4.)

Asegúrate de las promesas de Dios

Vida eterna en un paraíso... ¡ese puede ser el porvenir *tuyo!* Pero aunque esa idea te parezca atractiva, quizás se te haga difícil olvidar la creencia de que la gente buena va al cielo, o puede que hasta dudes de la Biblia misma. Hasta jóvenes entre los testigos de Jehová se han dado cuenta de que a veces su fe ha parecido alarmantemente débil. Considera, por ejemplo, a Michelle, quien fue criada por padres Testigos. El aceptar la veracidad de la Biblia era para ella como aceptar que después de la noche viene el día. Pero un día se dio cuenta de que no sabía *por qué* creía en la Biblia. Dijo: "Supongo que creía en ella porque eso hacían mis padres".

La Biblia dice: "Sin fe es imposible serle de buen agrado [a Dios]". (Hebreos 11:6.) Sin embargo, el que tus padres tengan fe no quiere decir que tú también la tengas. Si deseas un futuro seguro, debes edificar una fe basada en prueba sólida... una 'expectativa segura de las cosas que se esperan'. (Hebreos 11:1.) Como dice la Biblia, debes 'asegurarte de todas las cosas'. (1 Tesalonicenses 5:21.)

Comprueba para ti la veracidad de la Biblia

Quizás tengas que comprobar primero si la Biblia es realmente "inspirada de Dios". (2 Timoteo 3:16.) ¿Cómo puedes hacer eso? Pues bien, solo el Dios Todopoderoso puede, sin equivocarse, 'declarar desde el principio el final'. (Isaías 43:9; 46:10.) Y él hace eso muchísimas veces

en la Biblia. Lee las profecías registradas en Lucas 19:41-44 y 21:20, 21 relacionadas con la caída de Jerusalén. O las profecías de Isaías 44:27, 28 y 45:1-4 sobre la caída de Babilonia. ¡La historia seglar demuestra la exactitud de las predicciones bíblicas! Janine, una joven de 14 años, dijo: "Después de examinar algunas profecías de la Biblia, me maravillé al ver todo lo que había predicho".

La exactitud histórica de la Biblia, su honradez, su franqueza y el que no tenga contradicciones son otras razones para poner fe en ella*. Pero ¿cómo puedes asegurarte de que la manera como los testigos de Jehová entienden la Biblia es la correcta? Los habitantes de la antigua Berea no aceptaron ciegamente las explicaciones que el apóstol Pablo les dio sobre la Biblia. Más bien, 'examinaron con cuidado las Escrituras diariamente en cuanto a si estas cosas eran así'. (Hechos 17:11.)

Te animamos a ti también a investigar a fondo las enseñanzas bíblicas. El libro *¿Qué enseña realmente la Biblia?* (editado por los testigos de Jehová) explica con claridad estas enseñanzas. Si tus padres son testigos de

---

* Si deseas mayor información sobre la autenticidad de la Biblia, examina las páginas 61-71 del libro *Razonamiento a partir de las Escrituras* (editado por los testigos de Jehová).



¿Te has convencido de que la Biblia dice la verdad?

Jehová, no hay duda de que podrán ayudarte a ver la respuesta a cualquier pregunta que tengas. Una joven llamada Janel recomienda: "Habla con honradez a tus padres si tienes dudas a este respecto. Si se te hace difícil creer algo, haz preguntas". (Proverbios 15:22.) ¡Al debido tiempo te darás cuenta, sin lugar a dudas, de que Jehová en realidad ha bendecido a sus Testigos con un maravilloso entendimiento de las verdades bíblicas!

Un joven llamado Prentice dice: "A veces, cuando me siento deprimido por las condiciones del mundo, busco textos como el de Revelación 21:4, que me dan motivo para tener esperanza". Sí, el tener fe sólida en las promesas de Dios realmente afecta tu punto de vista. Puedes mirar al porvenir con anhelo gozoso, no con pesimismo. Tu vida actual deja de ser una lucha sin propósito, y la ves como un medio de 'atesorar para ti con seguridad un fundamento excelente para el futuro, para que logres asirte firmemente de la vida que realmente lo es'. (1 Timoteo 6:19.)

Pero, para alcanzar esa "vida que realmente lo es", ¿se requiere algo más que sencillamente aprender y llegar a creer en las enseñanzas de la Biblia?

Preguntas para consideración — **Capítulo 38**

- ☐ ***¿Qué temen del porvenir muchos jóvenes?***
- ☐ ***¿Qué propósito tenía Dios originalmente para la Tierra? ¿Por qué podemos confiar en que el propósito de Dios no ha cambiado?***
- ☐ ***¿Qué papel desempeña el Reino en cumplir el propósito de Dios para la Tierra?***
- ☐ ***¿Por qué tienes que probar para ti mismo que las enseñanzas bíblicas son verídicas, y cómo puedes hacerlo?***
- ☐ ***¿Cómo puedes probarte para ti mismo que la Biblia ha sido inspirada por Dios?***

¿Cómo puedo acercarme a Dios?



¿ACERCARSE a Dios? Para mucha gente Dios es una figura apartada y distante, una impersonal 'Primera Causa'. Por eso pudiera parecerte inquietante, y hasta asustarte, la idea de acercarte a él.

Por otra parte, puede que te halles en la misma situación de una joven llamada Lynda, quien fue criada por padres cristianos. Ella recuerda: "Durante aquellos años [de la adolescencia], rara vez falté a las reuniones cristianas, y nunca dejé pasar un mes sin salir a predicar; a pesar de eso, en realidad nunca desarrollé una estrecha relación personal con Jehová".

¿Puedo realmente acercarme a Dios?

Sin embargo, tu mismo porvenir depende de que te acerques a Dios. Jesucristo dijo: "Esto significa vida eterna, el que estén adquiriendo conocimiento de ti, el único Dios verdadero". (Juan 17:3.) Este "conocimiento" abarca más que el sencillamente poder aprender datos, o recitarlos de memoria... un ateo podría hacer lo mismo. Envuelve cultivar una relación personal con Dios, llegar a ser su amigo. (Compara con Santiago 2:23.) Dios no es inaccesible; nos invita a 'buscarlo y verdaderamente hallarlo', pues "no está muy lejos de cada uno de nosotros". (Hechos 17:27.)

Cómo puedes conocer a Dios

¿Has contemplado las estrellas distantes, y escuchado, con asombro, el rugido del mar? ¿Te ha maravillado el observar una frágil mariposa o la delicada belleza de una simple hoja? Estas obras de Dios nos permiten ver solo una pequeñísima porción de la inmensidad de Su poder, sabiduría y amor. "Las cualidades invisibles [de Dios] [...] se perciben por las cosas hechas, hasta su poder sempiterno y Divinidad." (Romanos 1:19, 20.)

La Biblia es la revelación de Dios al hombre. Nos dice cómo llegamos a existir y lo que nos espera en el futuro

Sin embargo, con relación a Dios es necesario que sepas más de lo que la creación por sí sola enseña. Por eso él suministró su Palabra escrita. Ese libro muestra que Dios no es una entidad sin nombre ni una fuerza impersonal; más bien, es una Persona real que tiene nombre. "Sepan que Jehová es Dios", declara el salmista. (Salmo 100:3.) La Biblia también revela cómo es la Persona que lleva ese nombre: "un Dios misericordioso y benévolo, tardo para la cólera y abundante en bondad amorosa y verdad". (Éxodo 34:6.) De hecho, ¡el registro detallado que da la Biblia sobre los tratos de Dios con la humanidad permite que veamos a Dios en acción! Por eso, la lectura de la Biblia es parte esencial de acercarnos a Dios.

Cómo puede serte placentera la lectura de la Biblia

Hay que reconocer que querer leer la Biblia es querer leer un libro grande. A menudo los jóvenes se asustan por lo voluminosa que es, y se retraen de leerla. Algunos también se quejan de que es aburrida. Sin embargo, la Biblia es la revelación de Dios al hombre. Nos dice cómo llegamos a existir y lo que nos espera en el futuro. Explica con exactitud lo que debemos hacer para vivir para siempre en el Paraíso en la Tierra. ¿Cómo pudiera ser aburrido eso? Es verdad que la Biblia no es un libro de lectura ligera, y que

contiene "cosas difíciles de entender". (2 Pedro 3:16.) Pero la lectura de la Biblia no se nos tiene que hacer pesada.

Un joven llamado Marvin nos da una sugerencia práctica para una lectura más interesante. Dice: "Trato de imaginarme la escena y me incluyo en ella". Considera, por ejemplo, el relato del capítulo 6 de Daniel. En vez de leerlo pasivamente, imagínate que eres Daniel y que estás en prisión, acusado de haber orado a tu Dios. ¿Qué castigo te espera? ¡Muerte! Rudos soldados persas te halan con fuerza hacia lo que será tu tumba... un foso lleno de leones hambrientos.

Oyes que ruedan parcialmente la gran piedra que cubre el foso. Del foso sube el poderoso rugido de los leones, y se te erizan los pelos. Retrocedes de terror, pero los soldados del rey te echan mano y te arrojan violentamente al hoyo de la muerte, y luego empujan la gran piedra para que cubra de nuevo la abertura. De repente, en la tenebrosa oscuridad que te rodea, sientes que la melena de una de las fieras te roza cuando la bestia pasa por tu lado...

¿Hallas aburrido eso? ¡Difícilmente! Pero recuerda: no leas solo para entretenerte. Trata de discernir lo que el relato enseña acerca de Jehová. Por ejemplo, en el caso de Daniel, ¿no muestran sus experiencias que Jehová permite que sus siervos se encaren a pruebas difíciles?

Trata, además, de tener un programa regular de lectura. ¡Con solo dedicar 15 minutos al día a leer la Biblia pudieras terminar de leerla en un año! 'Cómprate tiempo' de actividades menos importantes, como por ejemplo, de ver televisión. (Efesios 5:16.) Mientras más tiempo dediques a la lectura de la Biblia, más cerca de Dios te sentirás. (Proverbios 2:1, 5.)

La oración te acerca a Dios

Una adolescente llamada Laverne mencionó lo siguiente: "Sería muy raro que dijeras que tienes una relación personal estrecha con alguien a quien no hablas". Jehová,

el "Oidor de la oración", nos invita a hablarle. (Salmo 65:2.) Si le oramos con fe, "no importa qué sea lo que pidamos conforme a su voluntad, él nos oye". (1 Juan 5:14.)

Lynda (a quien ya mencionamos) aprendió esto por experiencia propia. Ella recuerda que durante cierto tiempo de su vida 'oró incesantemente a Dios día tras día en busca de una solución a sus problemas' y tensiones crecientes. A medida que fue recibiendo fortaleza para hacer frente a sus problemas, le pareció que Dios, a quien antes consideraba tan distante, estaba cada vez más cerca de ella. Otra joven, Kay, también aprendió el valor de la oración: "A veces lo que uno quiere es expresarle a alguien sus inquietudes personales, y para esto no hay nadie mejor que Jehová, pues él comprende, y uno sabe que es el único que realmente puede ayudar".

Pero ¿es solo alivio emocional lo que recibimos de la oración? No; Santiago 1:2-5 nos asegura que al enfrentarnos a diversas pruebas debemos 'seguir pidiéndole a Dios, porque él da generosamente a todos, y sin echar en cara; y nos será dado'. Puede que Dios no nos provea escape de la prueba, ¡pero nos garantiza la *sabiduría que necesitamos para hacer frente a las dificultades!* Puede hacer que recuerdes principios bíblicos pertinentes. (Compara con Juan 14:26.) O puede hacer que mediante tu estudio personal de la Biblia o durante las reuniones cristianas llegue a tu atención información que necesitas. Además, no olvides que 'él no dejará que seas tentado más allá de lo que puedas soportar, sino que también dispondrá la salida'. Sí, no te dejará "sin ayuda". (1 Corintios 10:13; 2 Corintios 4:9.) ¿No te sentirías más cerca de Dios por haber experimentado su ayuda en medio de una prueba?

Pero no ores únicamente sobre problemas personales. En su oración modelo Jesús dio importancia primordial a la santificación del nombre de Jehová, la venida de Su Reino

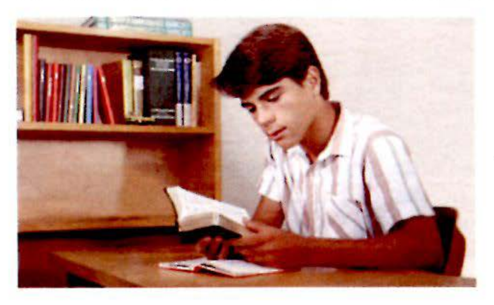
y la realización de la voluntad de Dios. (Mateo 6:9-13.) El "ruego junto con acción de gracias" es también parte importante de la oración. (Filipenses 4:6.)

¿Pero qué hay si el orar se te hace difícil? ¡Pues ora por esa misma razón! Pídele a Dios que te ayude a hablarle desde el corazón. 'Persevera en orar' y con el tiempo notarás que al hablarle a Jehová puedes expresarte con la misma franqueza con que le hablarías a un amigo íntimo. (Romanos 12:12.) Una joven llamada Maria dice: "Sé que cuando tengo un problema puedo acudir a Jehová por guía, y que él me ayudará".

No es necesario que uno se dirija a Dios con lenguaje fino o rebuscado. El salmista dice: "Delante de él derramen ustedes su corazón". (Salmo 62:8.) Menciónale lo que sientes y lo que te preocupa. Pídele que te ayude a hacer frente a tus debilidades. Órale pidiendo que bendiga a tu familia y a tus compañeros cristianos. Ruégale que te perdone cuando cometas un error. Dale gracias diariamente por el don de la vida. Cuando la oración se hace parte de tu vida cotidiana el resultado puede ser una relación más íntima y feliz con Jehová Dios.

Declara públicamente tu amistad con Dios

Si ya disfrutas de amistad con Dios, ¿no deberías sentirte deseoso de ayudar a otros a alcanzar una relación preciosa como esa? En verdad los que desean la amistad de



La lectura de la Biblia es esencial en el cultivo de amistad con Dios

Las reuniones te acercan a Dios

***"Mi asociación** estrecha con otros que aman a Jehová me ayuda a tenerlo cerca." Eso dijo un joven nigeriano. Los testigos de Jehová proveen esos periodos de asociación en su Salón del Reino local. (Hebreos 10:23-25.) Anita, una joven de 16 años, dijo: "En el Salón del Reino hallé amigos verdaderos".*

***Sin embargo,** esas reuniones no cumplen simplemente alguna función social. En el Salón del Reino se ofrece un curso de educación bíblica que consiste en cinco reuniones semanales. En estas se considera una amplia variedad de asuntos, entre ellos la vida familiar, la profecía bíblica, la conducta, puntos doctrinales y el ministerio cristiano. Aunque la información no se presenta a manera de alguna función muy elaborada, sí se presenta de manera interesante. A menudo los discursos y las consideraciones en grupo incluyen entrevistas y demostraciones animadas. La Escuela del Ministerio Teocrático se destaca por haber adiestrado a miles de oradores públicos eficientes.*

***Pero ¿qué hay** si ya asistes a las reuniones? Esfuérzate por aprovecharlas mejor. 1) Preparación: "Tengo un horario específico para estudiar los libros que usamos en las reuniones", dice Anita. Esto te facilitará la 2) participación: Cuando Jesús era joven escuchaba atentamente, hacía preguntas y daba respuestas cuando se consideraban asuntos espirituales en el templo. (Lucas 2:46, 47.) Tú tam-*

Dios tienen que hacer "declaración pública para salvación". (Romanos 10:10.)

Muchos empiezan a hacer esto compartiendo informalmente su fe, hablando a los compañeros de clase, vecinos y familiares. Después, participan con los testigos de Jehová en predicar "de casa en casa". (Hechos 5:42.) Sin embargo, para muchos jóvenes esta obra pública es una piedra de tropiezo. "Creo que muchos jóvenes se avergüenzan de ir de casa en casa —dice un joven cristiano—. Temen qué dirán sus amigos cuando los vean."

bién puedes 'prestar más de la acostumbrada atención a las cosas oídas', y tomar notas para mantener la mente atenta a lo que se dice. (Hebreos 2:1.) Ofrece tus comentarios cuando se pida que el auditorio participe.

Otra sugerencia útil *es: 3)* *Usa lo que aprendes: Comparte con otras personas los puntos que has aprendido. Más importante aún es que pongas en práctica en la vida lo que aprendes, haciendo cambios cuando sea necesario. Muestra que la verdad 'obra en ti'. (1 Tesalonicenses 2:13.)*



Da la importancia debida a las reuniones. *Si tienes mucho que hacer para la escuela, trata de terminarlo antes de la reunión. Un joven llamado Simeon dice: "Me encanta hablar después de las reuniones y ser de los últimos en salir. Pero cuando tengo tareas escolares me voy apenas termina la reunión, para hacerlas". Sea cual sea el método que uses, esfuérzate por asistir regularmente a las reuniones. Son muy importantes para tu desarrollo espiritual.*

Pero ¿de quién quieres verdaderamente la aprobación —porque es de más valor para ti—, de los jóvenes que te rodean, o de tu Amigo celestial, Jehová? ¿Deberías dejar que el temor o la vergüenza te impidieran alcanzar la salvación? El apóstol Pablo nos aconseja esto: "Tengamos firmemente asida la declaración pública de nuestra esperanza sin titubear". (Hebreos 10:23.) Y verás que, con el adiestramiento y la preparación adecuados, ¡realmente puedes empezar a disfrutar de la predicación! (1 Pedro 3:15.)

Al debido tiempo el aprecio que le tienes a tu Amigo





"Sé que cuando tengo un problema puedo acudir a Jehová por guía, y que él me ayudará"

celestial debe impulsarte a dedicarte incondicionalmente a Dios y a simbolizar esa dedicación por bautismo en agua. (Romanos 12:1; Mateo 28:19, 20.) El hacer declaración pública para ser discípulo bautizado de Cristo no es algo que deba tomarse a la ligera. Implica 'repudiarse uno a sí mismo', poner a un lado las ambiciones personales y buscar en primer lugar los intereses de Jehová Dios. (Marcos 8:34.) Incluye además identificarse como parte de la organización mundial de los testigos de Jehová.

Un joven llamado Robert dijo: "Creo que muchos jóvenes se retraen de bautizarse. Temen que es un paso final del cual no podrán volverse atrás". Es verdad que uno no puede retractarse de haberse dedicado a Dios. (Compara con Eclesiastés 5:4.) Pero "si uno sabe hacer lo que es correcto y, sin embargo, no lo hace, es para él un pecado", ¡sea que esté bautizado o no! (Santiago 4:17.) La cuestión es: ¿aprecias la amistad de Dios? ¿Te impulsa el deseo sincero de servirle para siempre? Entonces, ¡no permitas que el temor impida que te declares amigo de Dios!

¡Beneficios eternos para los amigos de Dios!

El escoger la amistad de Dios te pondrá en enemistad con el mundo entero. (Juan 15:19.) Puede que otros se burlen de ti. Quizás te sobrevengan dificultades, problemas

y tentaciones. Pero no permitas que nadie ni nada te prive de tu relación con Dios. Él promete su apoyo incondicional así: "De ningún modo te dejaré y de ningún modo te desampararé". (Hebreos 13:5.)

Este libro es prueba clara del interés que Jehová y su organización tienen en tu bienestar eterno. Y aunque en estas páginas no se ha podido considerar toda pregunta y problema que tienes, ¡de seguro ahora comprendes como nunca antes lo inagotable de la Biblia como fuente de sabiduría! (2 Timoteo 3:16, 17.) Cuando los problemas de la vida te tengan perplejo, busca la respuesta en ese libro sagrado. (Proverbios 2:4, 5.) Si tus padres temen y sirven a Dios, entonces dispones de otra fuente de sabiduría espiritual y apoyo, si estás dispuesto a abrirles tu corazón.

Sobre todo, recuerda que Jehová Dios tiene la respuesta a todo problema. Es "una ayuda que puede hallarse prontamente durante angustias", y puede guiarte a través de toda dificultad. (Salmo 46:1.) Por eso, "acuérdate, ahora, de tu Magnífico Creador en los días de tu mocedad". (Eclesiastés 12:1.) Ese proceder causará regocijo al corazón de Jehová. (Proverbios 27:11.) Y es el camino hacia obtener vida eterna en un Paraíso que jamás se marchitará... la recompensa que Dios tiene para sus amigos.

Preguntas para consideración — **Capítulo 39**

- ☐ ***¿Por qué es importante que tengas una relación estrecha con Dios?***
- ☐ ***¿Qué revela la Biblia sobre Dios?***
- ☐ ***¿Cómo puedes hacer placentera y productiva tu lectura de la Biblia?***
- ☐ ***¿Qué envuelve el que hagas "declaración pública" de tu fe? ¿Te sientes impulsado a hacer eso? ¿Por qué?***
- ☐ ***¿Qué papel desempeñan las reuniones en acercarse uno a Dios, y cómo puede uno aprovecharlas de la mejor manera?***
- ☐ ***¿Cómo beneficia a uno la amistad de Dios?***

¿Desea más información?

Escriba a la sucursal de los testigos de Jehová más cercana.

ALBANIA: Kutia postare 118, Tirana. **ALEMANIA:** Niederselters, Am Steinfels, D-65618 Selters. **ANGOLA:** Caixa Postal 6877, Luanda Sul. **ANTIGUA:** Box 119, St. Johns. **ARGENTINA:** Casilla de Correo 83 (Suc. 27B), 1427 Buenos Aires. **ARMENIA:** P.O. Box 75, Ereván 0010. **AUSTRALIA:** Box 280, Ingleburn, NSW 1890. **AUSTRIA:** Postfach 67, A-1134 Viena. **BAHAMAS:** Box N-1247, Nassau, N.P. **BARBADOS, W.I.:** Crusher Site Road, Prospect, St. James BB 24012. **BÉLGICA:** rue d'Argile-Potaardestraat 60, B-1950 Kraainem. **BENÍN, REP. DE:** 06 B.P. 1131, Akpakpa pk3, Cotonou. **BIELORRUSIA:** Post Box 9, 220030 Minsk. **BOLIVIA:** Casilla 6397, Santa Cruz. **BRASIL:** Caixa Postal 92, 18270-970 Tatuí, SP. **BULGARIA:** Post box 424, Sofía 1618. **BURKINA FASO:** 01 B.P. 1923, Ouagadougou 01. **BURUNDI:** B.P. 2150, Buyumbura. **CAMERÚN:** B.P. 889, Duala. **CANADÁ:** Box 4100, Halton Hills (Georgetown), Ontario L7G 4Y4. **CENTROAFRICANA, REPÚBLICA:** B.P. 662, Bangui. **CHILE:** Casilla 267, Puente Alto. **CHIPRE:** P.O. Box 11033, CY-2550 Dali. **COLOMBIA:** Apartado Postal 85058, Bogotá 8, D.C. **CONGO, REPÚBLICA DEMOCRÁTICA DEL:** B.P. 634, Limete, Kinshasa. **COREA DEL SUR:** Box 33 Pyungtaek P. O., Kyunggido, 450-600. **COSTA RICA:** Apartado 187-3006, Barreal, Heredia. **CÔTE D'IVOIRE (COSTA DE MARFIL), ÁFRICA OCCIDENTAL:** 06 B P 393, Abiyán 06. **CROACIA:** p.p. 58, HR-10090 Zagreb-Susedgrad. **CURAZAO, ANTILLAS HOLANDESAS:** P.O. Box 4708, Willemstad. **DINAMARCA:** Stenhusvej 28, DK-4300 Holbæk. **DOMINICANA, REPÚBLICA:** Apartado 1742, Santo Domingo. **ECUADOR:** Casilla 09-01-1334, Guayaquil. **EL SALVADOR:** Apartado Postal 401, San Salvador. **ESLOVAQUIA:** P. O. Box 2, 830 04 Bratislava 34. **ESLOVENIA:** Groharjeva ulica 22, p.p. 22, SI-1241 Kamnik. **ESPAÑA:** Apartado 132, 28850 Torrejón de Ardoz (Madrid). **ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA:** 25 Columbia Heights, Brooklyn, NY 11201-2483. **ESTONIA:** Postbox 1075, 10302 Tallin. **ETIOPÍA:** P.O. Box 5522, Adís Abeba. **FILIPINAS, REPÚBLICA DE LAS:** P. O. Box 2044, 1060 Manila. **FINLANDIA:** Postbox 68, FI-01301 Vantaa. **FIYI:** Box 23, Suva. **FRANCIA:** B.P. 625, F-27406 Louviers cedex. **GEORGIA:** Postbox 237, GEO-0102 Tbilisi 2. **GHANA:** P. O. Box GP 760, Accra. **GRAN BRETAÑA:** The Ridgeway, Londres NW7 1RN. **GRECIA:** 77 Kifisias Ave., GR-151 24, Marousi, Atenas. **GUADALUPE:** Monmain, 97180 Sainte Anne. **GUAM 96913:** 143 Jehovah St., Barrigada. **GUATEMALA:** Apartado postal 711, 01901 Guatemala. **GUINEA, REPÚBLICA DE:** P.O. Box 2714, Conakry 1. **GUYANA:** 352-360 Tyrell St., Republic Park Phase 2 EBD. **GUYANE FRANÇAISE (GUAYANA FRANCESA):** 328 CD2, Route du Tigre, 97300 Cayenne. **HAITÍ:** Post Box 185, Port-au-Prince. **HAWAI 96819:** 2055 Kam IV Rd., Honolulu. **HONDURAS:** Apartado 147, Tegucigalpa. **HONG KONG:** 4 Kent Road, Kowloon Tong. **HUNGRÍA:** H-1631 Budapest, Pf. 20. **INDIA:** Post Box 6440, Yelahanka, Bangalore 560 064, KAR. **INDONESIA:** P.O. Box 2105, Yakarta 10001. **IRLANDA:** Newcastle, Greystones, Co. Wicklow. **ISLANDIA:** Sogavegur 71, IS-108, Reikiavik. **ISRAEL:** P.O. Box 29345, Tel Aviv 61293. **ITALIA:** Via della Bufalotta 1281, I-00138 Roma RM. **JAMAICA:** P. O. Box 103, Old Harbour, St. Catherine. **JAPÓN:** 4-7-1 Nakashinden, Ebina City, Kanagawa Pref., 243-0496. **KAZAJISTÁN:** ul. Gastello 90, Esik, 040400 Almatinskaya obl. **KENIA:** P. O. Box 47788, GPO Nairobi 00100. **KIRGUISTÁN:** Post Box 80, Biskek 720080. **LETONIA:** A.k. 215, Riga-1, LV-1001. **LIBERIA:** P. O. Box 10-0380, 1000 Monrovia 10. **LITUANIA:** P.d. 2632, LT-48022 Kaunas. **LUXEMBURGO:** B. P. 2186, L-1021 Luxemburgo, G. D. **MACEDONIA, REPÚBLICA DE:** P.f. 800, 1000 Skopie. **MADAGASCAR:** B.P. 116, 105 Ivato. **MALASIA:** Peti Surat No. 580, 75760 Melaka. **MALAUI:** Box 30749, Lilongwe 3. **MALTA:** IBSA House, Triq il-Waqqafa, Mosta MST 12. **MARTINICA:** 20, rue de la Cour Campêche, 97200 Fort de France. **MAURICIO:** Rue Baissac, Petit Verger, Pointe aux Sables. **MÉXICO:** Apartado Postal 896, 06002 México, D. F. **MOLDAVIA:** Căsuța Poștală 472, MD-2005 Chișinău. **MOZAMBIQUE:** Caixa Postal 2600, Maputo. **MYANMAR:** P.O. Box 62, Yangon. **NICARAGUA:** Apartado 3587, Managua. **NIGERIA:** P.M.B. 1090, Benin City 300001, Edo State. **NORUEGA:** Gaupeveien 24, N-1914 Ytre Enebakk. **NUEVA CALEDONIA:** BP 1741, 98874 Mont Dore. **NUEVA ZELANDA:** PO Box 75142, Manurewa, Manukau 2243. **PAÍSES BAJOS:** Noordbargerstraat 77, NL-7812 AA Emmen. **PANAMÁ:** Apartado 0819-07567, Panamá. **PAPÚA NUEVA GUINEA:** P. O. Box 636, Boroko, NCD 111. **PARAGUAY:** Casilla de Correo 482, 1209 Asunción. **PERÚ:** Apartado 18-1055, Lima 18. **POLONIA:** ul. Warszawska 14, PL-05-830 Nadarzyn. **PORTUGAL:** Apartado 91, P-2766-955 Estoril. **PUERTO RICO 00970:** P.O. Box 3980, Guaynabo. **REPÚBLICA CHECA:** P.O. Box 90, 198 21 Praga 9. **RUANDA:** B.P. 529, Kigali. **RUMANIA:** Căsuța Poștală nr. 132, Oficiul Poștal nr. 39, București. **RUSIA:** P.O. Box 182, 190000 San Petersburgo. **SALOMÓN, ISLAS:** P.O. Box 166, Honiara. **SENEGAL:** B.P. 3107, Dakar. **SERBIA:** p. fah 173, SCG-11080 Zemun/Beograd. **SIERRA LEONA, ÁFRICA OCCIDENTAL:** P.O. Box 136, Freetown. **SRI LANKA, REP. DE:** 711 Station Road, Wattala 11300. **SUDÁFRICA:** Private Bag X2067, Krugersdorp, 1740. **SUECIA:** Box 5, SE-732 21 Arboga. **SUIZA:** PO Box 225, 3602 Thun. **SURINAM:** P.O. Box 2914, Paramaribo. **TAHITÍ:** B.P. 7715, 98719 Taravao. **TAILANDIA:** 69/1 Soi Phasuk, Sukhumwit Rd., Soi 2, Bangkok 10110. **TAIWÁN 32746:** 3-12 Shetze Village, Hsinwu. **TANZANIA:** Box 7992, Dar es Salaam. **TOGO, ÁFRICA OCCIDENTAL:** B.P. 2983, Lomé. **TRINIDAD Y TOBAGO, REP. DE:** Lower Rapsey Street & Laxmi Lane, Curepe. **UCRANIA:** P.O. Box 246, 79000 Lviv. **UGANDA:** Box 4019, Kampala. **URUGUAY:** Casilla 17030, 12500 Montevideo. **VENEZUELA:** Apartado 20.364, Caracas, DC 1020A. **ZAMBIA:** Box 33459, Lusaka 10101. **ZIMBABUE:** Private Bag WG-5001, Westgate.

www.watchtower.org

Respuestas prácticas a preguntas que te haces

Lo que los jóvenes preguntan. Respuestas prácticas, difiere de otros libros dirigidos a la juventud. Es el resultado de conversaciones con centenares de jóvenes de todo el mundo. Y puede decirse que sus respuestas basadas en la Palabra de Dios, la Biblia, son verdaderamente prácticas. He aquí algunas de las preguntas que se contestan en el libro.

- ¿Por qué no me comprenden mis padres?
- ¿Por qué se divorciaron mis padres?
- ¿Cómo conseguir amigos verdaderos?
- ¿Por qué me deprimo tanto?
- ¿Por qué no me dejan tranquilo los muchachos?
- ¿Qué hay de las relaciones sexuales antes del matrimonio?

